

ཧཱུྃ་ཀུན་གྱི་མཆོད་པའི་བཀའ་འབྱུང་།

མཁའ་ལྷོ་ཁྱུང་།

མིག་ལུང་དོད་ཀྱི་སྤྱི་ཆོག་ལ་གྱི་སྒྲུང་།
སྤྱི་ལ་སྤྱིང་བའི་གཏམ།

ཆེན་པོས་བྲིས་ཆོག་ལ།



Kamtsang Prayers



ཚུམ་པ་པོའི་འདྲ་པར།

དཀར་ཆག

2013

- བོད་ཡིག་སློབ་གྲུབ་སྒྲིག་མའི་དགོ་ཆུན་ཆུ་མཁས་ལ་སྤུལ་བའི་དྲན་ཉིན་སྟོན་ཆོག་..... (1)
- གཡུང་རྒྱུད་བོན་གྱི་དཔེ་ཆོག་པར་དུ་སྒྱུན་པ་ལ་ཤིས་ཆོག་སྤུལ་པ།..... (4)
- གངས་དཀར་ཆོས་ཀྱི་མེད་གོ་ལ་བསྐྱེད་པ་བརྒྱུད་ཀྱི་ཀ་ཚོ་མ།..... (6)
- གཟན་དཀར་སྤུལ་བསྟན་ཉི་མ་ལ་བསྐྱེད་པ་བརྒྱུད་ཀྱི་ཀ་ཚོ་མ།..... (8)

2014

- 2014 ལོའི་ཟླ་བ་དང་པོའི་ཆོས་17 ཉིན་གྱི་ཉིན་མོ།..... (10)
- གཉའ་བྱི་བཅན་པོའི་འབྱུངས་ལུ་ལ་དཔོན་ཆེད་པ།..... (12)
- རིག་འཛིན་ཀུན་གྱིས་བྲག་པོའི་གཞི་ལ་མ་བྲག་བཞོས་རི་མོ་ལ་དབྱེད་པ།..... (20)
- རྩལ་རབས་དང་བཞུན་པའི་བོད་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་འགྲོ་གསར་པ།..... (25)
- མི་ཐང་བཞག་པ་སྤུལ་སྤྱིའི་རང་སྤྱང་ལ་བཞུགས་ལན་ཆོངས་པའི་ཐིག་ཤིང་།..... (29)

2015

- གཤེར་ཉེ་ལྷ་རྒྱུད་གི་ཆེས་རམས་པ་ལ་བཞུགས་ལན་སྤྱང་ཆེད་མཆོད་སྒྲིག།..... (51)
- གསལ་བཤད་དགོ་དཔལ་དཔེས་པའི་གྲིང་བྱ།..... (68)
- ཏ་ཅང་ཆོས་ཐལ་ཆེ་བའི་སྒྲིག་པ་ལྟུང་།..... (83)
- བོད་ཀྱི་དར་དཀར་རིག་གནས་བྱུང་འབྲེལ་གྱི་ལོ་རྒྱུས་གནད་བསྟུན།..... (85)
- བྱིས་པའི་རྩལ་ཆེན་ལ་སྤུལ་བའི་ལོགས་སྒྲིམ་གྱི་སྟོན་ཆོག་..... (92)
- ཕག་མོ་རིའི་རྣམ་བཤད་བདེན་པའི་རང་སྤྱང་།..... (94)
- སྤུལ་རྒྱུ་པའི་སྒྲིག་གིས་དྲིས་ལན།..... (101)
- དཀར་ཆག་ཆུ་མཁས་གསུམ་གྱི་སྒྲོམ།..... (106)
- མདོ་མེད་མཆོད་སྒྲིག་ལ་ཡིད་སྦྱོར་བའི་གཏམ།..... (113)
- སྤེ་དགོའི་བོད་སྤྱན་ཁང་ལ་མཆོད་པ་བཞུར་ཡའི་སྤྱད་དབྱངས།..... (115)

2016

- བསྐྱེད་ཀྱི་དགོས་མེན་སྒྲོམ་གྱི་བཞོ་སྤྱང་ལ་དབྱེད་པ།..... (118)
- དགོན་ཆེན་མཁན་པོའི་དགག་ལན།..... (123)
- རྒྱལ་ཁམས་པའི་བདེན་གཏམ་ས་གཞི་འདར་བའི་འབྲུག་རྒྱ།..... (130)

པཌ་ཆེན་རིན་པོ་ཆེས་པོད་ཀྱི་དམངས་སྤྱོད་རིག་གནས་ལ་གྲགས་སྟོན།	(136)
པ་སྐད་ལ་བརྟེན་ནས་ཆོན་རིག་པ་གསེས་ཏེ་བྱེད་སྒྲ།	(144)
པོད་ཡིག་སྟོབ་གྱི་དག་སྟོབ་ནམས་ལ་འཛམས་འདྲི་ལ།	(149)
མཛོད་ཆེན་ནམ་ལྟ་ཡང་དག་རྟོ་སྟོད།	(154)
མིག་སྤར་གྱི་མཐའ་སོ་སོའི་མཁན་པོ་མཁས་གས་ནམ་རྒྱལ།	(160)
འཛམ་གྱི་སྤྱི་བསང་ཚོས་པ་པོ་ཀམ་པ་རང་བྱུང་རྟོ་རྟེ་ཡིན་འདུག	(165)
ཤུག་སྤྱབ་ཚོས་ལྷགས་འདྲི་ན་སྤང་།	(167)
དག་སྟོབ་འབྲེལ་བ་གསེར་ལྷན་ལྟ་མེད།	(171)
མདོ་ཁམས་ཚུ་བཞི་སྤང་རྒྱལ།	(173)
པོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་ཡིག་ཚང་དང་སྤྱི་རྒྱ་མདོའི་བྲག་རིས།	(177)
རྒྱལ་རབས་དང་བརྒྱན་ནས་སྤང་ཡིག་ཡར་རྒྱས་གཏོང་དགོས།	(179)
པོད་ལ་དངོས་གནས་ཚིས་རིག་ཡོད།	(186)

2017

རྩ་ཆེ་རིང་བྲག་ཤིས་ལ་བརྟེན་དབྱངས་ཀྱི་ཟེའི་རྒྱད་མང།	(192)
སྤན་རིའི་གྲི་འཛིན་སོ་གསུམ་པ་ལ་སྤུལ་བའི་བརྟེན་དབྱངས།	(195)
མཛོས་སྟོ་དགའ་མཁས་པ་གྱུར་པའི་སྟོན་ལམ་སྤྱིང་རྟེའི་རང་སྒྲ།	(198)
པོད་ཀྱི་ལུལ་སྤང་དབྱེ་ཚུལ་ལ་སྤར་ཡང་དབྱད་པ།	(203)
འཕུལ་སྟོན་མཛངས་མི་མི་བརྒྱན་གྱི་ལོ་རྒྱུས་གནད་བསྟུས།	(215)
པོད་རིགས་གཞོན་ཅུ་ནམས་ལ་སྤྱིངས་པའི་སྤྱིང་གཏམ།	(230)
པོད་ཀྱི་སྤྱི་སྤྱུལ་མཁན་གསུམ་ལ་སྤྱིངས་པ།	(234)
པོད་ཀྱི་རྒྱལ་ལོ་དང་པོ་འཁོ་བཟའ་གྲི་མ་ཡོད།	(237)
ཕྱིའི་གད་སྤྱིགས་ནང་གི་གཡང་རུ་ཡེན་མཁན་ནམས་ལ་སྤྱིངས་པ།	(239)
ངན་པ་དག་འཛོམས་པོད་ཀྱི་གཅེས་ཅོར་འཛིན་མཁན་ནམས་ལ་སྤྱིངས་པ།	(247)
ལོ་རྒྱུ་བརྒྱུ་གསུམ་གྱིས་པོད་ཁམས་ནམ་པ་སྤྱར་བྱེད་ཀྱི་གདམས་ངག་	(254)

2018

ལས་ཆོག་དང་འབྲེལ་བའི་མིང་རྒྱུ་སྤྱུལ་ལ་དབྱད་པ།	(257)
སྤྱི་དགའི་གྲོས་རའི་བསྟོ་སྤྱིང་ལ་གསལ་འདེབས།	(265)
ས་གྲི་གནམ་ལོ་གསར་ཆོས་ལ་སྤུལ་བའི་ཤིས་སྟོན།	(266)

- བྱད་མེད་རུས་ཆེན་ལ་ཕུལ་བའི་བསྟོན་དབྱངས། (267)
- མཁན་པོ་བསོད་དར་རྒྱས་ལ་སྤྲོད་པ། (269)
- བོད་ཡིག་ཡག་པོ་མི་ཤེས་པའི་གྲ་ལོག་ནམས་ཉོན་ཅིག་ (273)
- དབྱར་ཚུ་དགུན་འབྱ་བོད་སྤྲོན་མ་ཡིན་པ་སྤྲོས་ཀྱང་བསྐྱབ་མི་རུས།
冬虫夏草是藏药，是谁也否定不了 (276)
- སྤྲོན་སྤྲོར་ཞེས་པའི་ཐ་སྲུང་གསར་བཟོའི་བསམ་སྒྲོ་དེ་ནོར་འབྲུལ་ཞིག་རེད། (278)
- བདེན་རྒྱུན་དབྱེ་འབྱེད་ཀྱན་གསལ་མེ་ལོང་། (285)
- དགེ་སྤྱོད་ལྟན་འདོམས་དྲན་ཉེན་སྤྱི་པར་ལ་ཕུལ་བ། (292)
- ཆོས་རྒྱུ་ནམ་མཁའི་ནོར་བུ་སྤྱི་གཤེགས་པ་ལ་གཏུང་དབྱངས། (295)
- ཆོན་རིག་ཤེས་བྱ་རང་གི་སྤྲོད་ཡིག་ལ་བསྐྱར་ཞིང་བསྐྱབ་དགོས། (299)

2019

- ཨ་ལོང་སྤྱི་མཐོན་འགྲུལ་སྤྱི་ལྷན་གི་བསམ་འཆར། (304)
- གསལ་བ་འདེབས་སོ་ཁ་པར་རིན་པོ་ཆེ། (307)
- སྤྱི་ཉིད་རྩོམ་རྒྱུ་རྒྱུ་ལན། (308)
- ས་པག་ལོའི་ལེགས་སྤྱོད། (312)
- ས་པག་ལོ་སར་གྱི་ཤིས་ཚོག་པག་བརྒྱུ་མ་བཞུགས་སོ། (313)
- དཀོན་མཆོག་གསུམ་ལ་ང་ཆོས་ཐད་ཀར་འབྲེལ་བ་བྱེད་ཆོག་ (315)
- བོད་ཀྱི་སྤྱི་ཐུན་ནམས་ལ་རེ་འབོད། (319)
- ལས་ཚོག་རུས་བརྒྱུ་གསུམ་གྱི་དབྱེ་བ་དང་དཔེར་བརྗོད། (321)
- བོད་མིའི་འཆོ་བ་ལ་ཕན་ན་དགེ་བ་ཆེ་ཤོས་དེ་རེད། (330)
- དགེ་བཤེས་སློ་བཟང་དོན་འབྲུབ་མཆོག་གི་རྒྱུ་རྒྱུ། (333)
- ས་ག་ཟླ་བའི་སྤྱི་གསུམ་སྤྱི་སྤྱི་སྤྱི་བ། (336)
- སྤྱི་དགེའི་བོད་ཀྱི་གསེ་རིག་ལ་ཕྱིར་མིག་བལྟས་པའི་ཕྱིར་ཆོར། (340)
- ཆོངས་པའི་སྤྱི་བ་སྤྱི་བ་ཀྱིས་ཁོར་ཡུག་གཏོར་བཤེགས་བྱེད་པ། (343)
- འདི་ཕྱི་གཉིས་མེད་ཁ་པར་ནང་གི་ཆོས་རྒྱུ་ (351)
- དགེ་བཤེས་འཇམ་དཔལ་སློ་ཤེར་སྤྱི་གཤེགས་པའི་གཏུང་དབྱངས། (356)
- ཀ་ཞི་རོང་རྒྱུ་པའི་ཉམ་གཏམ་ལ་དགག་པ། (358)
- སྤྱི་མའི་རིགས་དང་མཆོན་ཉིད་ཀྱི་དབྱེ་ལ། (371)

པོད་ཀྱི་ཤེས་ཡོན་པ་རྣམས་ལ་འབོད་སྒྲུལ། (372)

དབྱར་དགུན་ཉི་ཤུག་གི་རྣམ་བཤད། (379)

2020

ག་ཡིག་རྩིས་སྤྱ་ཤད་ཐོབ་མིན་སྐོར་གྱི་གསལ་བཤད། (385)

བྱད་མེད་རྒྱས་ཆེན་ལ་སྤུལ་བའི་ཤེས་ཚིག་ (391)

དེད་རྒྱས་མདོ་ཁམས་སྒྲ་སྒྲན་གཉིས་ཀྱི་མཛད་རྩིས་སྒྲུལ་ཚིག་ (393)

རྒྱས་ཚིག་དམ་འཛིན་བྱ་སྟེ་དབྱར་རྩྭ་དགུན་འབྲུ་བཞོད་གོས། (395)

འཛམ་གླིང་དཔེ་སྟོན་ཉིན་མོར་གཞིན་ཅུ་རྣམས་ལ་འབོད་སྒྲུལ་ (402)

སྒྲ་ཆེན་རྣམས་ཀྱིས་རང་ཆེད་འབྲུབ་སྟོན་དོར་འོས། (405)

མིག་སྒར་པོད་རྒྱ་དར་བྱུང་བའི་ཚོས་ལོག་བརྒྱན། (408)

སྒྲ་ལོག་གིས་ཚོས་ལོག་སྒྲེལ་བ་ལ་ཐེར་འདོན། (415)

སྒྲ་མས་གཞན་ཚོས་བརྒྱས་པར་ཐེར་འདོན་བྱས་པ། (417)

བྱི་བ་ཨོ་རྒྱན་བཀྲ་ཤིས་ཀྱི་འབྲུངས་སྐར་བསྟུ་བ། (422)

ཨོ་རྒྱན་ཉི་མ་ལ་བར་དོར་རྒྱོད། (424)

སྟེ་དཔེ་རྒྱལ་པོའི་དབྱར་ཐོངས་ཀྱི་སྟོ་སྦྱིད་སྤིང་ཁ། (428)

ཁུང་ཐང་འབྲུག་རྩིའི་རྒྱས་ལན། (436)

ཐ་སྦད་སྦྱི་དང་གཡར་གྱི་བྱད་པར། (443)

སྒྲ་བཛྲོད་རང་དབང་དང་མི་གཞིར་དམའ་འབེབས་ཀྱི་རྣམ་བཤད། (445)

སྒྲ་ལོག་གིས་བཤད་པའི་ཚོས་ལོག་ལ་ཡིད་མ་ཆེས། (447)

སྤུ་གུའི་པོད་སྐད་སྟོབ་གསོ་ནི་གཙོ་བོ་པ་མ་ལ་རགས་ལས་ཡོད། (455)

དགོན་པ་ལས་བྱུང་བའི་གཞོད་འཚོ། (461)

པོད་ཀྱི་སྒྲ་སྒྲུལ་རྣམས་ལ་དམ་ཚོས་ཡང་དག་གནང་རྒྱུའི་རེ་བ་བཞི། (468)

རས་སྒྲ་མ་ཡང་དག་ལ་ནམ་ཡང་དགག་མ་རྒྱུང་། (476)

པ་ཐེས་སྒྲ་སྤྱད་རང་སྤུལ་ལས་སྤྱད་མི་རུང་། (479)

ཚོས་ལྷགས་ཚོད་པས་འཚོ་བ་ལ་པན་ཐོག་གང་ཡང་མེད། (483)

མི་རྒྱ་ཚོས་འབྲུང་གི་འབྲུངས་སྐར་ལ་རྩིས་བྲན་བྱ་བ། (485)

2021

ཕྱ་ཚེག་གཉིས་པོ་དག་སྒྲོང་མ་ཡིན་པའི་རྒྱ་མཚན།	(489)
ལྷ་པ་སྒྲིན་པ་ཁ་ཅིག་ལ་གོ་བཤམ་ན་ནས་སྒྲོང་པ།	(498)
རག་གི་དབང་ལྷག་གི་སྒྲོང་འཕྲིན་ཞིག་གི་ལན།	(499)
ཕྱ་ཚེག་གཉིས་ཀྱི་སྒྲོང་ལ་སྒྲོབ་མ་འགའ་ཞིག་གིས་དྲིས་ལན།	(502)
ལྷ་མོག་གི་སྒྲོ་ལོག་ནམས་ལ་ཡོད་པ་གསུམ་དང་མེད་པ་གསུམ།	(507)
པེ་རི་མཁུན་བཅའི་གསུང་ཚྭ་བརྒྱུས་པའི་དངོས་པོ་རྩོད།	(509)
ལྷག་པ་དག་བཤེས་ལ་དགུ་ལྷག་སྤུལ་བ།	(519)
ལྷགས་སྒྲུང་གནམ་ལོ་གསར་པའི་ཤིས་ཚོག་	(524)
གནམ་ལོ་གསར་པའི་ནང་དུ་གཞོན་ནུ་ནམས་ལ་རེ་འཕོད།	(526)
པད་འབྱུང་བོད་དུ་རུས་ལྟན་ཅི་ཅམ་བཞུགས་པའི་སྒྲོང་།	(532)
དེང་རབས་བོད་ཀྱི་མཁས་པ་མི་བདུན།	(538)
བཀའ་བརྒྱུད་པའི་རས་ཚས་ལོ་རྒྱུ།	(546)
བོད་ཀྱི་སྒྲོ་ལོག་དང་ཚྭ་ལོག་སྒྲོང་རྩོད།	(550)
འབྲུམ་རམ་པའི་སྒྲོབ་སྒྲོང་གི་ལམ་ཚད།	(559)
བྱད་མེད་འབྲུམ་རམས་པ་བཞིའི་མཐའ་དབྱེད་གསུང་ཚྭ།	(569)
ས་ག་ལྷ་བ་ཟེར་བའི་འབྱུང་ཁུང་དང་འབྲེལ་བཤད།	(573)
ས་ག་ལྷ་བའི་མིང་བསྐྱར་རྒྱུའི་བསམ་འཆར་ལ་གློ་ལ་གཏམ།	(580)
སྒྲ་རྒྱན་གྱིས་ཚས་རྒྱན་བཤད་པ་ལ་དགག་པ།	(585)
རུས་ཀྱང་ལྷ་བ་ལ་སྒྲིངས་པའ་ཡི་གེ།	(587)
བོན་གྱི་མདོས་ཚོག་ནི་གནའ་བོའི་བོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་རྩི་རིང་ཞིག་ཡིན།	(590)
རྒྱལ་སྒོས་དག་སྒྲོབ་འབྲེལ་བའི་ནམ་བཤད་ནོར་བ་ལ་ཡོ་བསྐྱང་།	(600)
ཚས་ལོག་བཤད་མཁན་གྱི་སྒྲོ་ལོག་ནི་ཉལ་ཐལ་བཅོང་མཁན་དང་འདྲ།	(607)
ཡོན་ཏན་སྤངས་ན་བདེ་སྦྱིད་འབྱུང་ངེས་ཡིན།	(610)
དེང་རུས་ཁམས་པ་སྒྲན་པོ་ཡིན་པའི་རྟགས་མཚན་དག།	(612)
རྟིང་མ་སྒྲ་མ་ཚོས་སྤུལ་སྤྱིའི་མཚན་བྱང་བཅོང་ཡོད།	(618)

ཐུང་རྒྱ་རྒྱུང་བའི་རྟག་ལ།	(620)
ནག་ཉེས་ཅན་ལ་རྒྱབ་སྐྱོར་གྱི་བསམ་སྒྲོལ་དགག་པ།	(624)
བསེ་ཚང་སྒོ་བཟང་དཔལ་ལྷན་སྒྲུབ་ཤེས་པ་ལ་གཏུང་དབྱངས།	(629)
ཞིང་འབྲོག་སོ་ནམ་གསོ་བསྐྱར་སྒོར།	(630)
བོད་རིག་ལས་བྱེད་རྣམས་ལ་འབོད་བསྐུལ།	(639)
བོད་ཀྱི་སྤྱི་མཐུན་སྒྲིལ་བསམ་གྱི་རིག་གནས་ལ་དབྱུང་པ།	(649)
ཀར་ཤོད་ཀམ་བག་ཤིས་རྟེན་སོང་།	(658)
བཀའ་བརྒྱུད་ལྷ་ལོག་ཀར་ཆོ་ལ་བཏང་བ།	(663)
དྲི་བ་བྱུག་དང་སྒྲོན་དགུ།	(665)

2022

རོ་ཆོ་མེད་པ་ཆོས་ལོག་བཤད་མཁན་ལ་གསལ་འདེབས།	(674)
རྒྱལ་པ་ཆེན་པོ་ནི་ཤྲུག་ཐུབ་པའི་ཆོས་ལས་ལྷག་པར་ཞིག་མིན་ནམ་སྟུམ།	(680)
བོད་ཀྱི་ལོ་གསར་རོ་སྒྲོད།	(683)
དེང་རུས་ཆོས་ལོག་པས་འདོན་སྟོན་ནི་གཞན་གཞོན་ཆེད་རུ་ཡིན།	(688)
མཁས་ཐལ་ཆེ་བས་དག་ཡིག་གཏོར་བཤེས་བྱེད།	(692)
སྒྲོན་བརྗོད་ནི་ལྷག་བསམ་གྱི་ལམ་སྟོན་ཡིན།	(698)
མིག་སྤར་མི་རེ་ཡར་རྒྱས་གྱི་བཀའ་དྲོ་རོས་འཛིན་པ།	(702)
ལོ་སྟོར་བརྒྱུག་ཉེས་ཀྱི་ཉལ་བྱི་དང་སྟོགས་གཙང་བརྟག་ཐབས།	(705)
སྤྱི་གཟའ་དང་གཤེད་བཟའ་རྟག་ཐབས།	(713)
སངས་རྒྱས་ཀྱི་སྤྱལ་པ་ཡིན་ན་མི་ཡིན་མི་དཔོས།	(718)
དཔལ་ཐུངས་མཁན་པོ་སྒོ་ཆོས་མཆོག་ལ་རྟེན་དྲན།	(721)
དཔེ་རྒྱུ་སྒྲོང་གི་ཞབས་བྲོ་འབྲུབ་པ་ནི་བསྐྱབ་སྟོན་དང་འགལ།	(724)
ཆོས་ལུགས་ཡར་རྒྱས་གཏོང་བའི་ལམ་སྟོགས་ཁ་ཁ་རེད།	(729)
མཁན་པོའི་མིང་ཅན་བློན་གཏམ་མཁན་འགའ་ལ་གསལ་འདེབས།	(733)
ས་གནས་ལས་བྱེད་རྣམས་ལ་འབོད་བསྐུལ།	(738)
གཏི་མུག་གི་སྒོ་ནས་སྒྱུན་པ་མ་བཏང་།	(741)

དཔལ་ཐུངས་མི་རྒྱུ་འབྱུངས་སྐར་ཤེས་ཚིག་.....	(743)
ཁུམ་པའི་གཡོ་ལོག་རྩ་མ་ཚུང་པར་གྱིས།	(747)
ཁོད་ལ་མན་ན་ང་ལ་བསྟོད་སྟོད་གང་བྱས་ཁྱད་པར་མེད།	(754)
དཔེ་སྟོག་གི་མཆུག་འབྲས་བཟང་ངན་གཞིས།	(759)
རྩོམ་སྒྲུབ་ཐོག་གི་འབྲུ་སྟོག་མ།	(762)
ཚོས་ལྷགས་པས་མགོ་བསྐྱོར་ཐབས་ཀྱི་རིག་པ་བརྟན།	(774)
སྟོགས་པོ་དབྱུངས་དགའ་སྤྱུ་གཤེགས་པ་ལ་མྱ་ངན་ཁྱེ་ཚིག་.....	(786)

2023

དཔལ་ལྷགས་སྐར་མིས་ཀྱི་ཁྱད་ཚོས་ངོ་སྟོན།	(788)
དཔོན་བདག་སྤྲུལ་མ་ཚོ་ལ་སྤྱིངས་པ།	(792)
འཇིག་རྟེན་གྱི་ལྷགས་ཤེས་ན་མཁས་པ་རེད།	(799)
བྱད་མེད་ལ་མཐོང་ཆུང་ནི་ཨ་མ་ལ་མཐོང་ཆུང་རེད།	(805)
སྟན་ཚུལ་ཐོར་བྱ་འགའ་ཞིག་	(810)
འབྲུམ་རམས་པར་ཆེན་ཉེར་ལཱི་ཁྱད་ཚོས་བརྗོད་པ།	(813)
ལས་བཞིའི་མིན་ལས་སྤྱོད་པའི་སྟོབ་མ་ནམས་ལ་བསྟོད་པ།	(819)

2013 ལོའི་ཚུམ་ཡིག་ཐོར་བ།

ཐོན་ཡིག་སྒྲིབ་མཁའ་མཁའ་མཁའ་དག་ཅན་རྣམས་ལ་ཕུལ་བའི་དྲན་རྟེན་ཚུན་ཆེ།

མདོ་སྤགས་རིག་གནས་ཀྱན་ལ་མཁུན་སྦྱན་ཡངས། །
གདུལ་བྱ་རྗེས་སུ་འཛིན་ལ་སྦྱན་དུས་རིང་། །
ཀྱན་འབྱུང་ནང་ནས་འདུལ་མཁས་དོ་རྗེ་འཛིན། །
རིགས་གསུམ་མི་ཡི་རྣམ་པ་ཐང་སྤྲུལ་རྒྱུ། །

སྤྱིད་གྱི་ཐོབ་དང་དཔལ་གྱི་འབྱོར་པ་སོགས། །
ཁོར་སྤང་མདུན་ན་རྩ་ཡི་མཆོད་སྦྱོར་བཞིན། །
སྦྱགས་མཐར་ཐེབས་ཀྱང་སྦྱགས་སུ་མ་ཞེན་པ། །
བཀའ་གདམས་གོང་མའི་རྗེས་འཛིན་གཟན་དཀར་བ། །

ཚུལ་ཁྲིམས་རྒྱལ་མཆོན་བཅུན་པའི་སྒྲོང་ནས་བསྐྱེདས། །
སྤག་དོག་རྒྱང་དམར་བོད་པའི་གོ་ཆས་བསྐྱེདས། །
ཞེན་པའི་རྩ་བ་དཔེན་པའི་རི་ནས་བཅད། །
བསམ་གཏན་མཐར་ཕྱིན་དོ་རྗེ་དག་འདུལ་རྒྱུ། །

རིག་པའི་རྣམ་དཔྱད་ནམ་མཁའི་སྒྲོག་ལས་ཐུར། །
ཚུལ་གསུམ་ཐལ་ངག་དབྱར་སྦྱིས་སྦྱ་བཞིན་གསལ། །
མཁས་པའི་དབུས་ན་ཚོད་པའི་གཟི་བྱན་འབར། །
ཆོས་གསུམ་གཉིས་པ་སྒྲོ་བཟང་དོན་གྲུབ་ཞབས། །

རིས་མེད་སློབ་བྱ་ཀུན་ལ་བྱམས་པས་གཅིས། །
 མཐོ་དམན་ལས་འཛིན་ཀུན་དང་གོས་སློབ་སྤྱན། །
 ཚོད་མེད་བྱང་ཚུབ་སེམས་དཔའི་རྣམ་ཐར་འཛིན། །
 ལཱ་རིག་སྤྱོད་པའི་མཁས་དབང་སློ་ཚོས་མཚོག། །

མཁས་པའི་དབྱུས་ན་སྐམ་པོའི་ཐུགས་རྒྱད་འཛིན། །
 དཀའ་བའི་གནད་ལ་ལྷང་རིགས་ཐོགས་པ་མེད། །
 དད་ལྡན་བྱ་ལ་རིག་པའི་ཁོར་སྒྲེར་བའི། །
 རིགས་ཆེན་རྣལ་འབྱོར་ཐུབ་བརྟན་ཁོར་བུའི་ཞབས། །

སྦྱོད་ལམ་རྣམ་བཞི་བསྐྱབ་གསུམ་ཁྲིམས་དང་བརྟན། །
 མང་པོའི་དབྱུས་ན་དམན་པའི་བརྒྱལ་ཁྲགས་འཛིན། །
 གདུལ་བུའི་འཁོར་ལ་ལྷང་རིགས་ཆར་ལྟར་འབེབས། །
 གཞི་གསུམ་མིག་ལྟར་གཅིས་མཛད་པད་ཚོ་རྩེ། །

བཞིན་གྱི་དཔལ་ནི་ཆང་གི་མདངས་ལྟར་སྤྲུག། །
 གསུང་ངག་རྒྱབ་ཀྱང་ཐུགས་རྒྱད་དར་ལས་འཇམ། །
 རང་རེའི་འཁོར་ལ་རང་རིགས་ལོ་རྒྱས་འཆད། །
 བྱང་དོའི་གདམས་ངག་སྟོན་མཁས་བསོད་རིག་ཞབས། །

སྤྱི་ཡི་དཀྱིལ་འཁོར་རི་རྒྱལ་བཞིན་དུ་བརྩིང་། །
 སྤྱོད་པའི་ངག་སློ་གཏེར་སློམ་ལས་ཀྱང་དམ། །
 ཡིད་བཞིན་མཛོད་འགྲེལ་ཐུགས་ཀྱི་སྒྲོང་ནས་བཏོལ། །
 འཆད་པའི་དཔལ་མངའ་སྤྱོད་ལོད་ཟེར་རྩེ། །

སྐྱུར་དགོད་འཕྲི་སྟོན་ས་གཞིང་རི་མོ་ཡིས། །
གོ་ལའི་འགྲོས་གྱི་སྐྱུར་བྱལ་སྟོན་མཁས་པ། །
སྐྱུགས་པའི་གཞུགས་ལ་ཆེས་པའི་སྟོབ་དཔོན་ཆེ། །
གཅིག་དུ་འདུས་པ་རྫོགས་ཆེན་བྱབ་དབང་ཞལ། །

རྒྱ་བོད་ཡིག་རིགས་ཀུན་ལ་ཐོགས་པ་མེད། །
སྐད་གཉིས་པན་ཚུན་སྐྱུར་བའི་ཐབས་ལམ་མཁས། །
དང་པོའི་ལས་ཅན་རྣམས་ལ་ལོ་ལྔ་བའི། །
མང་གཞི་ཐོག་མར་སྟོན་མཛད་ཏའོ་ཁང་རྒྱ། །

ལུས་ཁམས་བདེ་ཐང་ཅ་བ་ལུས་སྦྱོང་གི། །
སྐྱུ་ཅལ་འབྲུལ་གྱིས་ཅ་ཡི་སྟོ་འབྱེད་ནས། །
ཡི་རྒྱུད་གནད་དུ་བསྐྱུན་པའི་ཐབས་ལམ་ཉིད། །
མ་ནོར་སྟོན་མཁས་བསྐྱལ་བཟང་ཆོས་འཕེལ་ཞབས། །

རང་སྡེ་སྦྱོང་ཞིང་གཞན་སྡེ་ཟིལ་གནོན་ཐབས། །
ཤར་ཅུབ་རིག་པའི་སྦྱིང་བཅུད་ཆབ་སྲིད་གཞུང་། །
ལོ་ན་གཞོན་ཡང་རིག་པའི་ཅལ་རྒྱས་པའི། །
དབང་སྐྱུར་ཐབས་ལ་མཁས་པ་ཏའོ་ཞའོ་མིང་། །

དེ་ལྟར་མི་ཆེའི་མདུན་ལམ་སྟོན་པའི་བཤེས། །
འདྲེན་མཆོག་དམ་པ་རྣམས་གྱི་རྫོས་དྲན་དུ། །
མཆེད་གྲོགས་ཀུན་གྱི་ཡང་ཅེ་རྒྱ་ར་མའི། །
བཀའ་བཞིན་རྒྱལ་ཁམས་པ་དེས་ཐོལ་བྱང་བྲིས། །

གཡུང་བྱང་བོན་གྱི་དཔེ་ཚོགས་པར་དྲ་རྒྱུན་པ་ལ་བུལ་བའི་ཤིས་ཚིག་

ཏི་མེའི་གངས་ལས་དཔང་མཐོ་ཞིང་།
མ་ཕམ་མཚོ་ལས་གཏིང་ཟབ་པའི།
གངས་ཅན་བོད་ཀྱི་རིག་གཞུང་གི།
སྤྱི་མོ་གཡུང་བྱང་བོན་གྱི་མཛོད།

མགར་དང་ཤིང་བཟོ་ལག་པའི་རྩལ།
རྒྱན་དང་ཁང་བཟང་སློ་ཡི་དབྱིང་།
སྤྱི་མེའི་སྤྱོད་བརྟན་མིག་གི་བརྒྱན།
བཟོ་རིག་འངའ་ཚོན་འདི་ན་བཀྲ།

གཞོན་ལྷའི་ལང་ཚོ་རྣམས་ཀྱིས་བསྐྱེད།
ནད་ཀྱི་བྱུག་རྩ་སྤྲོན་གྱིས་བཙམ།
ཆན་པོའི་སྤྱོད་ཚོ་བཅུད་ཀྱིས་བསྐྱེད།
གསོ་རིག་རྒྱ་མཚོ་འདི་ན་བསྐྱེལ།

མིང་གི་རྒྱ་མཚོ་གདོད་མའི་གྲོང་།
ཚིག་གི་ཕྱེབ་སྐྱོར་མཁས་པའི་རག།
ཡི་གེའི་ཐོག་མ་བོན་གྱི་རྩལ།
བད་སྐྱོད་དབྱར་ར་འདི་ན་མིར།

མདོན་སྤུམ་དཔྱེད་པའི་སློ་མིག་ནོ།
རྣམས་དཔག་ཏོགས་པའི་ཐབས་ལམ་མང་།
སློག་གྱུར་དོན་ལ་མདོན་ཤེས་ཟབ།

རིག་པའི་སྤང་ལམ་འདི་ན་ཡངས།

ནད་གདོན་ཞི་བྱེད་གཏོ་མདོས་གཞུང་།
ལུས་སེམས་བདེ་བྱེད་དམ་པའི་ཚོས།
ཕྱི་ནང་མཐུན་བྱེད་དཀར་ནག་ཅིས།
ཕན་བདེའི་བང་མཛོད་ཐོན་གྱི་སྟོ།

ཕྱི་ཡི་ངོ་མཚར་འབྱུང་བའི་རྣམས།
ནང་གི་བདེ་དྲོད་སེམས་གྱི་གཤིས།
སྤྱི་ཚོགས་མཐུན་སྦྱོར་ཐབས་གྱི་སྟོ།
ཚན་རིག་ཀྱན་འདུས་ཐོན་གྱི་གཞུང་།

དེ་ལྟར་གཡུང་རྒྱུད་ཐོན་གཞུང་གི།
དཔེ་ཚོགས་གསར་དུ་བསྐྱུན་པ་ལ།
བསྟོན་དབྱངས་ངག་གི་རོལ་མོ་འདི།
དྲུགས་བརྒྱད་ཀན་པོའི་འབངས་དེས་དགྲོལ།

ཞེས་པ་བོད་ཀྱི་ཤེས་རིག་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཕྱི་མོ་གཡུང་རྒྱུད་ཐོན་གྱི་རིག་གཞུང་དཔེ་ཚོགས་
གསར་དུ་སྐྱུན་པའི་ཤེས་ཚོག་ཏུ། རྒྱལ་ཁམས་པ་ཐུབ་བསྐྱུན་ཕུན་ཚོགས་ཀྱིས་པེ་ཅིན་དུ།

གངས་དཀར་ཚོས་ཀྱི་མིང་གི་ལ་བསྐྱུགས་བརྒྱུད་ཀྱི་ཀ་ཚོམ།

ཨ་མ་ཡུམ་ཆེན་དགོངས་པའི་གློང་ཡངས་ནས། །
 ཨ་ཉ་སྤྱོད་ཞི་ཀུན་གྱི་གཙུག་རྒྱུན་ཉིད། །
 ཏ་ཅང་མཁས་བཙུན་གཉིས་ལྷན་གངས་དཀར་རྩེ། །
 ཏ་རི་ཅན་དན་ལྷན་པའི་དཔལ་ལྷན་བརྩིད། །

ས་སྤྱོགས་ཀུན་ལ་ཚོས་ཀྱི་སྤང་ཆར་འབེབ། །
 ཤ་ཚ་སྤྱོད་རྩེས་ཉམ་ཐག་འགྲོ་ལ་གཟིགས། །
 ལ་ལྷང་ཀུན་ནས་མཁས་པའི་ཚོགས་ཀུན་འདུས། །
 ར་བ་དཀར་མོར་^༡རིག་པའི་ཉི་ཟེར་འཆར། །

ཡ་མཚན་རིག་པའི་དབང་ལྷན་གངས་དཀར་རྩེ། །
 འ་ཆད་ཚོས་ཀྱི་ལྷན་པ་རྒྱ་པོད་མཚམས། །
 ཟ་ཉོར་མཁན་པོ་ལས་ཀྱང་གྲགས་ཆེ་བས། །
 ཞ་ལོང་འོན་ལྷན་སྤྱོགས་ཀྱང་ཚོས་ལ་བཀོད། །

མ་སྤྱོས་གདོང་ལྷ་བརྒྱས་པའི་མཁས་རྫོམ་དང་། །
 ར་ལང་སྤྱོད་པར་གྲོམས་པའི་སྤྱ་སྤྱུལ་ནམས། །
 ཚ་གདུག་འོད་ལྷན་གང་གི་གཟི་བྱིན་གྱིས། །
 ཅ་ལ་ར་མགོ་ལྷན་པའི་ཁེངས་པ་བསྐྱེལ། །

^༡ མི་ཉག་ར་བ་དཀར་མོ་ཞེས་པའི་ས་མིང་།

མ་རྒྱ་ཅི་ན་གངས་ཅན་བོད་ཡུལ་སོགས། །
 བ་དན་ལྷ་ར་དཀར་སྟན་པའི་གྲགས་པ་འཕྱོར། །
 ས་ཆན་མར་པའི་གདམས་ངག་འཛིན་སྦྱོང་ལ། །
 པ་ཅོག་བཞིན་རུ་བསྟན་པའི་གཙུག་ན་མཛེས། །

ན་གཞོན་རུས་ནས་དམ་པའི་ངང་ཚུལ་བཟོལ། །
 ད་ལྟའི་རུས་འདིར་ཡང་དག་མཁས་ཤིང་བཙུན། །
 ཐ་དད་གྲུབ་མཐའི་དབུས་ན་རྟེན་དཀར་བའི། །
 ཏ་ཐ་ག་ཏའི་བསྟན་འཛིན་གངས་དཀར་རྩེ། །

ཉ་རྒྱས་ཟླ་ལྷ་ར་ལྷག་བསམ་ཀུན་ནས་རྒྱས། །
 ར་ཡུན་ཅམ་ལ་གཡང་མེད་འགོ་དོན་སྦྱོང་། །
 ཆ་ལྷགས་རུལ་བས་ཀུན་གྱི་ཡིད་དབང་འཕྲོག། །
 ཅ་དག་རང་ལ་ནན་པའི་ཆོས་ཀྱི་རྩེ། །

ང་རྒྱལ་ལ་སོགས་ཉོན་མོངས་དབྱིངས་སུ་དག། །
 ག་འཛོལ་མེད་པ་སེམས་ཀྱི་གནས་ལྷགས་རྟེན། །
 ཁ་བ་ཅན་འདིར་གདུལ་བྱའི་དོན་རྫོགས་ཤིང་། །
 ཀ་དག་ཀུན་བཟང་སྦྱོང་རུ་རེ་ཞིག་མནལ། །

ཞེས་པ་མི་ཉག་དང་ཞི་ཤའི་ལོ་རྒྱས་གངས་རིའི་རང་མདངས་འཁྲི་བའི་སྐབས་སུ་མི་ཉག་
 ཡུལ་གྱི་མཁས་པ་འགའ་ཞིག་ངོ་སྤྲོད་ཀྱི་ཚུལ་རུ་བྲིས་པའོ།

གཟམ་དཀར་ཐུབ་བསྟན་ཉི་མ་ལ་བཟུགས་བཟོད་ཀྱི་ཀ་ཚོམ།

ཀ་དག་ཚོགས་པ་ཆེན་པོའི་གློང་ཡངས་ནས། །
ཁ་བ་ཅན་གྱི་རིག་གཞུང་ཉམས་གསོའི་ཆེད། །
ག་ལེར་གདོང་དམར་ཅན་གྱི་ནམ་པ་རུ། །
ང་རྒྱལ་སྤངས་ཏེ་མདོ་ཁམས་ལྗོངས་འདིར་ཐེབས། །

ཅ་ལག་གང་ཡོད་དཔེ་རྙིང་ཆེད་རུ་གཏོང་། །
ཆ་རྒྱན་དཔེན་ཀྱང་འབད་པས་སྤར་རུ་བསྟན། །
ཇ་ཡུན་ཅམ་ལའང་ཡིངས་མེད་ལྷ་དག་མཛོད། །
ཉ་ཉོག་སྤྱིད་ཀྱི་ལས་ལ་ཐབས་ཀྱིས་བྱུང། །

ཏ་ལ་ལ་མགོ་ལྷན་པ་ཡང་དག་རྙིང་། །
ཐ་དད་ཐུབ་མཐའ་ཀུན་ལ་སྤྱོད་སྤེལ་སྤུལ། །
ད་ལྟ་དམ་པའི་ཆོས་ཀྱི་ཚོང་རའི་ཁྲོད། །
ན་ཆས་པལ་པ་ལྟ་བུའི་བརྒྱལ་ལྷགས་འཛིན། །

པ་རུའི་སྣོད་རུ་བརྒྱུག་པའི་རིན་ཆེན་བཞིན། །
ཕ་མེས་རིག་གཞུང་སྤང་བའི་ནམ་ཐར་འདི། །
བ་སོའི་རྒྱན་ཆ་སོགས་ལས་རིན་ཆེ་བ། །
མ་འོངས་གཞོན་ནུ་ནམས་ཀྱིས་གླིང་བར་འོས། །

ཅ་ར་བཅུད་གཅོད་གནང་རྒྱ་ཡིག་རྙིང་དང་། །
ཆ་གང་བྱད་རུ་བསད་དེ་སྤྲད་ཡིག་བསྟུངས། །
ཇ་དྲག་ཐུགས་ཀྱིས་བཞེད་པ་སྟོབ་གསོའི་ལས། །

མ་ལར་གཟིགས་པ་ཐུབ་བདུན་ཉི་མའི་ཞལ། །

ཞ་འཐེངས་ཐེབས་ཀྱང་ཀུན་གྱི་མིག་ལམ་མཛེས། །
 ཟ་འོག་ཆས་གོས་འང་འཛོན་བཞིན་དུ་གཟིགས། །
 འ་ཁུར་འདུ་འཛིང་ཁྲོད་དུ་ཆོས་བརྒྱད་དོར། །
 ཡ་མཚན་ཐུབ་པའི་རྟགས་འདི་གཞན་ལ་དགོན། །

ར་བ་གངས་རིས་བསྐྱར་བའི་ཡུལ་ལྗོངས་འདིར། །
 ལ་རྒྱ་ཁ་ལ་བྱིར་མཁན་མང་མོད་ཀྱང་། །
 ཤ་ཞིན་གཏིང་ནས་བཅངས་ཏི་ལག་ལེན་མཁན། །
 ས་སྤྱོགས་འདི་ན་གཟན་དཀར་སྤུལ་སྤུ་ཅམ། །

ཏ་ལའི་དུག་ལྟར་གཤིན་གསོན་དགོར་ལ་འཛེམས། །
 ཨ་ཏི་རྩོགས་ཆེན་དགོངས་པ་མདོན་གྱུར་ཀྱང་། །
 ཨ་རུའི་ལམ་གྱི་ངང་ཚུལ་ནལ་འབྱོར་པ། །
 ཨ་ཏོ་ཆོས་པའི་ཁྲོད་ན་བྱིད་འདྲ་དགོན། །

ཞེས་པ་མི་ཉག་དང་ཞི་ཤུའི་ལོ་རྒྱུས་གངས་རིའི་རང་མདངས་འཁྲི་བའི་སྐབས་སུ་མི་ཉག་ཡུལ་
 གྱི་མཁས་པ་འགའ་ཞིག་གི་དོ་སྤྲོད་ཆེད་དུ་བྲིས་པའོ།

2014 ལོའི་ཚུམ་ཡིག་ཐོར་བ།

༢༠༡༤ ལོའི་ཟླ་བ་དང་པོའི་ཆེས་ཀྱི་ཉིན། ཉིན་ཐོ།

2014 年元月 17 日的日记

社会发展和生活改善是取决于人的思想水平和政治体系， 而不是外界环境条件， 今天我所在的小岛 Denerifi 距离非洲大陆特别近， 但属于西班牙国， 这里居住的人都是欧洲人， 所以此地与欧洲社会同步发展。

欧洲人生活标准： 尊重科学， 相信专家， 加强教育， 遵守法制， 提高国民素质， 所以他们现在过上了现代化生活。

非洲人、阿拉伯人： 宗教替代科学， 教父替代专家， 迷信替代教育， 习俗替代法制， 忽略国民素质， 所以出现了很多内战、恐怖等灾难。各地的社会差异就是取决于教育质量和方法。 我们藏族社会历来就是属于后者。2014 年元月 17 日 从 Denerifi 飞往巴塞罗那的途中的启示。

སྤྱི་ཚོགས་འཕེལ་རྒྱས་དང་འཚོ་བ་ཡར་རྒྱས་འགོ་ཡས་དེ་མིའི་བསམ་སྒྲུབ་ཚད་དང་ཆབ་སྲིད་ཀྱི་སྒྲིག་གཞི་ལ་རགས་ལས་ཡོད་པ་ཞིག་ལས། ཕྱི་རོལ་ཡུལ་གྱི་ཁོར་ཡུག་དང་ཆ་རྒྱུན་ལ་རགས་ལས་པ་ཞིག་མ་རེད། དེ་རིང་ང་ཡོད་སའི་སྤང་སྤྱོད་འདི་ནི་ཉེ་ནི་རི་རྩེ་འཕྲུལ་བ། སྤང་སྤྱོད་ཀྱི་ཁོར་ཡུག་ལས་ཡོད་པ་ཞིག་ལས། ཡིན་ནའང་སྤང་སྤྱོད་འདི་ལྟར་པོ་ནི་མི་རིགས་དཀར་པོ་ཡིན་སྟབས། ཡུལ་འདིའི་འཕྲུགས་སྤྱོད་དང་འཚོ་བ་ཡར་རྒྱས་དེ་ཡོ་རོབ་རྒྱལ་ཁབ་དང་རྒྱལ་ཁབ་དུ་སྤྱོད་ཡོད་འདུག།

ཡོ་རོབ་ས་ཁུལ་ཡར་རྒྱས་འགོ་བའི་རྒྱ་མཚན་གཙོ་བོར། ཚན་རིག་ལ་མཐོང་

ཆེན་དང་། ཆེད་རམས་པ་ལ་ཡིད་ཆེས། སློབ་གསོ་ལ་ཤུགས་སྒྲོན། བྲིམས་
ལུགས་ལ་བཅི་སྤང་། རྒྱལ་འབངས་ཀྱི་སྤྱོད་ཚད་མཐོ་འདེགས་བཏང་བས་དེང་
རབས་ཅན་གྱི་བདེ་སྤྱིད་ལྡན་པའི་འཆོ་བ་འདི་བྱང་པ་རེད། །

ཨ་ཁྱི་རི་ཁའི་སྤྱིང་དང་ཨ་རབ་ཀྱི་ཡུལ་གྱི་འདི་དག་ཡར་རྒྱས་མི་འགྲོ་བའི་རྒྱ་
རྒྱུན་གཙོ་བོར། ཆོན་རིག་གི་ཆོབ་རྒྱ་ཆོས་ལུགས་དང་། ཆེད་རམས་པའི་ཆོབ་
རྒྱ་ལྡན། སློབ་གསོའི་ཆོབ་རྒྱ་ཆོངས་དང་། རྒྱལ་བྲིམས་ཀྱི་ཆོབ་རྒྱ་ཡུལ་སྤྱོད།
རྒྱལ་འབངས་ཀྱི་སྤྱོད་ཚད་ལ་སྤང་མེད་བྱས་པའི་རྒྱ་གྲིས་ནང་འཁྱུགས་དང་།
འདེགས་སྤྱོད་ཀྱི་དཀའ་ངལ་ནང་རྒྱ་རྒྱུད་པ་རེད། ལོ་རྒྱུས་ཐོག་གི་བོད་ཀྱི་རྒྱ་
དྲ་མང་པོ་ཞིག་ཀྱང་ཆོན་རིག་སློབ་གསོ་མ་འདང་པའི་རྒྱ་གྲིས་བྱང་ཡོད། །

ཕྱི་ལོ་2014ལོའི་ཟླ་བ་དང་པོའི་ཆོས་17ཉིན། ཉི་ནེ་རི་ཁྱའི་སྤྱིང་ཕྱན་ནས་པ་ལེ་ལོ་ནར་
འཕུར་བའི་ལམ་བར་གྱི་བར་སྤང་ཁམས་སུ་སྤྱོད་བྱས་འཆར་བའི་ཀྲན་རྒྱུ་སྤྱོད་སུ་བཞོད་
པའོ། །



གཏམ་བཟན་བོའི་འབྲངས་ལུལ་དངོས་ལ་སླེབས་པ།

སྤྱི་ལོ་2014ལོའི་ཟླ་བ་2པའི་ཚེས་26ཉིན།



སྤྱི་ཚུལ་ཐོག་མ་གཏམ་བཟོའི་འབྲངས་ལུལ་གྱི་བརྟག་ཞིབ་ཟིན་བཞོད།

རྒྱུ་རྒྱུ་རྒྱུ་མཐོང་པའི་གཡོན་སྤྱོད་ཀྱི་རི་བོ་གངས་ཀྱིས་བསྐྱབས་པ་འདི་ནི་
བཅན་མོད་སྤྱི་སྤྱི་བཅན་ཡིན་ཞིང་དེའི་མར་གཤམ་གྱི་གྲོང་སྡེ་དེ་ཉིད་ནི་བྱ་མོ་
ཁ་གྲོང་པ་ཡིན། གཡམས་ཀྱི་ལུང་མགོ་ན་གུང་ཐང་མཆོ་ཡོད་ལ་བྱ་མོ་ཁ་གྲོང་པའི་
འབྲིས་སྤྱོད་གནའ་བོའི་གུང་ཐང་མཆོ་འཕུར་ནས་ཉ་ནག་འབྲང་རྒྱུག་པའི་ཤུལ་ད་
ལྟ་མཐོང་རྒྱུ་ཡོད། བོད་སྤྱོད་སྤྱོད་བོ་རྒྱུ་རྒྱུ་གནའ་རུས་སྤྱོད་བོ་ཀ་གནམ་རྒྱུ་
བོའི་མངའ་ཁོངས་ཡིན་ཞིང་། དེའི་མངའ་ཁོངས་ལ་སྤྱོད་རང་ཆེན་བཅོ་བརྒྱད། མོན་
ཆོ་ཁག་ལྟ། སྤྱི་ཚུལ་རྒྱུ་བཅས་འདུས་ཡོད། བོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་ཐོག་ལུལ་འདིར་

རལ་གྱི་ཐོན་ཁུངས་ཡིན་ཞིང་། སྤྱི་གྱི་ཞེས་པ་བོད་ཁམས་ཡོངས་ལ་སྐད་གཤམ་
ཡོད་པ་རེད།

རྒྱལ་པོ་གཉའ་བྲི་བཅན་པོ་འབྱུངས་ཡུལ་སྤྱོད་ནང་ཡིན་པ་དང་། ཁོང་ཚུང་
དུས་རང་གཤིས་གྲོང་པས་ཡུལ་སྡེ་དང་མ་མཐུན་པ་ཡུལ་སྤྱོད་པའི་སྐོར་《ཐུ་
ཆོས་འབྱུང་།》ལས། ཡང་གསང་ཐེ་བྱང་ལས་ཆད་གཉའ་བྲི་བཅན་སྐད་ཡུལ་སྤྱོད་
བོའི་ཡུལ་ནས་སྤྱི་མི་མོ་བྱ་མོ་བཅན་བྱ་བའི་དུམ་ནས་ཐེ་བྱང་སྤྱོད་དག་སྤྱོད་
པའི་ཚུང་དག་ཐེ་བྱང་མང་སྟ་ལུ་བེ་ར་བྱ་བ། ལྷེས་གདོང་གི་དཀྱིལ་འཁོར་ཁེབས་
པ། ལྷེས་སོར་དུ་བར་འབྲེལ་བ། ཤིན་ཏུ་གདུག་ཚུབ་དང་རུས་མཐུ་ཆེ་བ་གཅིག་
བྱང་བས། འདི་སྤྱོད་དགས་བཤུག་དགོས་ཟེར་ནས། སྤྱོད་བོའི་ཡུལ་གྱི་བན་བོན་རུས་
མཐུ་ཅན་རྣམས་ཀྱིས་ཐེ་བྱང་སྤྱོད་འདེབས་བྱས་ནས་བོད་དུ་བཤུགས་པ་ལ། དེར་
བོད་ཀྱིས་མི་རྗེ་འཆོལ་བ་དང་ཤད་ནས་ཁྱོད་ཅི་འདྲ་ཞིག་ཡིན་བྱས་པས། ང་སྤྱོད་
བོའི་ཡུལ་གྱི་མི་གཅིག་ཡིན་ཟེར་བས། འོ་ན་ལྷེས་སོར་དང་ལྷེ་ངོ་མཆར་ཆེ་བ་
གཅིག་འདུག་པ། ཁྱོད་ལ་རུས་མཐུ་འདྲ་བ་ཅི་ཡོད་བྱས་པས། ཁོ་ན་རེ་རུས་མཐུ་
དང་རྒྱ་འབྲེལ་ཆེ་དགས་པས་བཤུགས་པ་ཡིན་ཟེར། འོ་ན་བོད་ཀྱི་རྗེ་བཙུན་ལོ་
བྱས་ནས། གཉའ་བའི་བྲི་ལ་སྤངས་ནས། འདི་རྗེ་གཉའ་བྲི་བཅན་པོ་ཡིན་བྱས་
ནས་རྗེ་བཙུན་བའི་ལོ་རྒྱུས་གདའ་སྟེ། དེ་ནི་རྗེའི་རྩོད་ཀྱི་མཆོང་ལགས་སོ། །འདི་
ནི་གནའ་བོའི་བོད་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་ཐོག་མའི་འབྱུང་ཁུངས་དངོས་ཀྱི་བཤད་སྟེལ་ཡིན་
ཏེ། ཆོས་འབྱུང་འདི་དུས་རབས་བཅུ་གཉིས་པར་བཅུ་མས་པའི་བོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་
ཡིག་ཆ་རྒྱུ་མེད་ཤིང་ཤིག་རེད། འོ་ན་ཀྱང་དུས་རབས་བཅུ་བདུན་དང་། བཙུན་བཙུན་
པའི་ནང་ཅམ་ན་དེབ་འདིའི་ནང་བོད་ཀྱི་རྒྱལ་པོའི་དུས་ཁུངས་ཐུ་བྱང་ལ་
གཤམས་ཡོད་པ་འདི་ནི་རྒྱལ་པོ་ལ་དབའ་འབེབས་པའི་གཏམ་ཡིན་པས་དཔེ་ཆ་
དམ་ཆུ་དགོས་པའི་བཀའ་ཡིས་དེབ་འདི་དག་པོ་རྒྱ་ལའི་དཔེ་མཛོད་དུ་བཀག་
ཉར་བྱས་སྟབས་དེང་དུས་བར་བཟླ་སྟོག་མ་སྟབ་པར་ཁྱུང་འདུག ཁྱིལ་ ༡༩༩༧
ལོར་བཙུན་བཙུན་སྟོ་འབྱེད་ཀྱི་སྤྱི་དུས་ལ་བཞེན་ནས། བོད་ཀྱི་རིག་གནས་

ཉམས་གསོ་སྐབས་སུ་དཔེ་རྙིང་འདི་དམ་ཆུ་ལས་གྲོལ་ཏེ། བོད་ཚྭ་ངས་བོད་ཡིག་
དཔེ་རྙིང་དཔེ་སྟན་ཁང་གིས་འགྲེམས་སྟེལ་བྱས་སྐབས་ང་ཚོས་སྒར་ཡང་ཞིབ་
འཕུག་གི་གནས་སུ་གྱུར་པ་རེད།

བོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་ཐོག་བན་བོན་སྤང་ཞེན་གྱི་དབང་གིས་ནང་པའི་མཁས་པ་
རྣམས་ཀྱིས་བོད་ཀྱི་རིག་གནས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཁྱད་སྤངས་ཆུ་གར་ལ་གཏུགས་ཅི་ཐུབ་
བྱས་པར་མ་ཟད། མི་རྒྱུད་དང་ཅུས་རྒྱུད་ཀྱང་ཆུ་གར་ལ་གཏུགས་གང་ཐུབ་བྱས་
ཡོད་པའི་སྐབས་ཀྱིས་རྗེས་སུ་གཉའ་བྲི་བཅན་པོ་ལོ་རྒྱུས་དོན་དངོས་དང་མི་
མཐུན་པའི་ལྟ་སླུང་གི་བཤད་སྟེལ་འདི་བྱས་འཕུག།



ཡུལ་དངོས་སུ་བརྟག་ཞིབ་བྱེད་བཞིན་པ།

གཅིག ཁྱུ་པོའི་ཡུལ་གྱི་རྒྱལ་པོ་གཉེན་ཁྲི་བཅན་པོ་དང་
འབྲེལ་བའི་གཏམ་རྒྱུད།

ཁྱིལ་2014ལོའི་ཟླ་བ་2པའི་ཚེས་26ཉིན། བོད་སྡེ་དང་སྤྱི་བོ་རྫོང་ཡུའི་དྲིལ་
བསྐྱགས་ཕུའུ་ནས་གདན་ཞུས་ལྟར། ཁོ་པོ་སྤྱི་བོ་རྫོང་དུ་རྒྱལ་པོ་གཉེན་ཁྲི་བཅན་
པོའི་འབྲུངས་ཡུལ་ལ་བརྟག་ཞིབ་དུ་ཕྱིན་པ་ཡིན། སྐབས་དེར་སྤྱི་བོ་རྫོང་རྒྱན་
ལས་ཡུ་ཡོན་དང་དྲིལ་བསྐྱགས་ཕུའུ་ཁྲང་གཅིག་ལྷོགས་ཏྲོང་ཀུའེ་ཅུན་ (懂贵军)
དང་། རིག་གནས་ཅུས་ཀྱི་བསོད་ནམས་དབང་ཕྱུག་རྣམ་གཉིས་ཀྱིས་ངོ་སྤྲོད་
གནང་བ་ལྟར་གཉེན་ཁྲི་བཅན་པོ་དང་འབྲེལ་བའི་སྤྱི་བོའི་ཡུལ་མིའི་གཏམ་རྒྱུད་
འགའ་ཞིག་ངོ་སྤྲོད་ཞུ་བར། སྤྱི་བོ་རྫོང་ནས་བྱང་ཕྱོགས་སུ་ལེ་དབར་སུམ་ཅུ་
ཅམ་ན་ཆུ་མདོ་སྤེལ་ཡོད་འདུག དེ་ན་བྱ་མོ་ཁ་ཟེར་བའི་གྲོང་ཆོ་ཆུང་དུ་ཞིག་
ཡོད་པ་དེ་ནི་རྒྱལ་པོ་གཉེན་ཁྲི་བཅན་པོའི་འབྲུངས་ཡུལ་ཡིན་པ་དང་། གྲོང་མིང་
བྱ་མོ་ཁ་ཟེར་བ་ནི་གཉེན་ཁྲི་བཅན་པོའི་མ་ཡུམ་གྱི་མིང་ཡིན་པར་བཤད། བདེན་
དོན་ནི་ནམ་ཡང་རྒྱན་འཁོབ་བྱ་མི་སྟབ་པ་ཞིག་སྟེ། གནའ་པོའི་ཡིག་རྒྱུ་ལྟ་
ཆོས་འབྱུང་ནང་དུ་སྤྱི་བོའི་མི་མོ་བྱ་མོ་བཅུན་བྱ་བའི་རུམ་ན་ཐེ་བྱང་མང་སྟེ་ཡུ་
ལེར་འབྲུངས་ཞེས་འཁོད་ཡོད་པ་དང་། དེར་དུས་སྤྱི་བོ་རྒྱ་མདོ་སྤེལ་པའི་མི་རྣམས་
ཀྱི་ཁ་ན་བྱ་མོ་ཁ་ཞེས་པའི་གྲོང་འདི་གཉེན་ཁྲི་བཅན་པོའི་འབྲུངས་ཡུལ་ཡིན་པ་
དང་། གྲོང་མིང་དེ་གཉེན་ཁྲིའི་མ་ཡུམ་གྱི་མིང་ལས་བྱུང་བ་ཡིན་པའི་བཤད་སྟོལ་
བསྟན་ཡོད་པ་འདི་གཉིས་མ་གྲོས་གཅིག་མཐུན་བྱུང་བ་འདིས་ཆེས་གནའ་པོའི་
དུས་ནས་གཉེན་ཁྲི་བཅན་པོ་འབྲུངས་ཡུལ་སྤྱི་བོ་ཡིན་པའི་བཤད་སྟོལ་དེ་བདེན་
དོན་ར་སྤྲོད་ཡོད་པར་མ་ཟད། བོད་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་གཉེན་ཁྲི་བཅན་པོ་ནས་གནམ་གྱི་
ཁྲི་བཅུན་པོ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་རུས་མིང་མ་ཡུམ་ལས་བཞེས་ཡོད་ཚུལ་འདི་ལ་
བརྟག་ན། བྱ་མོ་ཁ་ཞེས་གྲོང་པ་འདི་ཡང་ཐོག་མར་གཉེན་ཁྲི་བཅན་པོའི་ཡབ་
གཞིས་ཀྱི་མིང་ཡིན་ཞིང་། དེ་ལ་བརྟེན་ནས་ད་ལྟའི་བར་གྲོང་མིང་གནས་སྟབ་
ཡོད་པར་ངེས། བྱ་མོ་ཁའི་གྲོང་གི་རྒྱབ་ཀྱི་གངས་རི་མཐོན་པོ་ཞིག་ཡོད་པ་དེ་ལ་

ས་པ་བཅན་ཚོད་ཆེན་མོ་ཟེར། མིང་གཞན་བཅན་ཚོད་སྤྱི་རི་སྤྱི་བཅན་ཟེར་ཞིང་
དེ་ནི་རྒྱལ་པོ་གཏམ་གྱི་བཅན་པོའི་ས་ཡལ་ཡུལ་ལྟར་གྱུར་པའི་མིང་ཡིན་ཟེར་
སྟོལ་འདུག རི་དེའི་གཡས་སྟོགས་ཀྱི་རི་གདོང་དུ་ནགས་ཚལ་ཞིག་ཡོད་པ་དེ་ལ་
ཟན་ས་གཡུང་དུང་མཚོ་མོ་ཞེས་ཡུལ་དེས་གསོལ་མཚོད་བྱ་ཡུལ་གྱི་གཞི་བདག་
གལ་ཆེན་ཞིག་ཡིན་འདུག །ལོ་ལྟར་ཡུལ་དེའི་གོང་ཚོ་ཁ་ཤས་ལྟན་དུ་འདུས་ནས་
གཞི་བདག་ཟན་ས་ཟེར་བ་དེ་ལ་གསོལ་མཚོད་དང་འབྲེལ་ནས་གླིང་ཁའི་དུས་
སྟོན་བདུན་པས་རེ་ཅམ་གདོང་སྟོལ་ཡོད་འདུག །བཅན་ཚོད་སྤྱི་རི་སྤྱི་བཅན་གྱི་
གཡས་གཡོན་གྱི་གངས་རི་དང་། རྩ་རི། དེའི་འོག་དེལ་འབྱུར་སོགས་ཡོད་པ་དེ་
དག་རེ་རེ་བཞིན་ཡུལ་ལྟ་གཞི་བདག་ཡིན་པ་སོ་སོའི་མིང་ལ། རྒྱ་དམར་རོང་
བཅན་ཆེན་མོ། རྩ་ཕུའི་ཨ་ཁྱེ་སྟེལ་ཐོད། བེ་ཆ་བྱ་མོ་སྤྱན་བདུན། དབྱར་ཁིང་མི་
དཀར་རྟ་དཀར། སྟོན་པོ་མཐིང་ཨ་ཁྱེ་སྟོན་ལས་རྒྱལ་པོ་ཟེར་བའི་ཡུལ་ལྟ་གཞི་
བདག་རྣམས་རེ་རེ་བཞིན་རོ་སྟོད་གནང་བྱང་ཡང་རི་འབྱུར་དང་། དེའུ་འབྱུར་
འགའ་ཞིག་ནི་ད་ལྟར་ཁོ་སོས་གསལ་པོར་མ་དེས། གོང་དེའི་རྒྱལ་པོས་ཀྱིས་
གཡོན་སྟོགས་རི་མགོ་ན་གྱང་ཐང་མཚོ་ཞེས་པའི་མཚོ་ཆེན་པོ་ཞིག་ཡོད་པ་ད་
ལྟར་གྱང་ཐང་མཚོ་ཞེས་ཟེར་ཞིང་འདུག །འོན་ཀྱང་མཚོ་དེ་ལོ་ངོ་ཉིས་སྟོང་གི་
གོང་ན། གཏམ་གྱི་བཅན་པོ་འབྱུངས་ནས་ལོ་བཅུ་གསུམ་པའི་ལོ་དེར་མཚོ་འབྱུར་
ཞིང་རྒྱ་ལོག་རྒྱག་ཀྱི་ཞོལ་གྱི་གོང་སྟེའི་ནང་གི་མི་ཚང་པལ་ཆེར་རྒྱ་ལོག་གིས་དེད།
གོང་དེར་གཏམ་གྱི་བཅན་པོ་ལས་གཞན་པའི་སྤྱི་གུ་གཅིག་གྱང་མ་ལུས་པ་རྒྱ་
སྟོན་རྒྱུན་གྱིས་འདས་གོངས་སོང་སྟབས། ཡུལ་དེའི་སོན་སྟགས་རྣམས་ཀྱིས་བཀའ་
ལ་གཏམ་གྱི་བཅན་པོ་ལྟས་ངན་གྱི་སྤྱི་གུ་ཡིན་པས་མཐར་བསྐྱད་མ་བྱས་ན་ཡུལ་
ཁམས་མི་བདེའི་ལུང་བསྐྱུགས་ནས་གཏམ་གྱི་བཅན་པོ་ཡུལ་ཕུད་པ་དང་། གཏམ་
གྱི་བཅན་པོ་རྒྱང་དུས་ནས་སྟོབས་རྩལ་ཆེན་པོ་ཡོད་པས་ནགས་ཁྲིད་དུ་དམ་
དང་འཐབ་ནས་དམ་བསད་པ་དང་། རྒྱན་དུ་རི་དྲགས་རྩོན་ནས་ས་མ་དང་ཆན་
རབས་ལ་བྱམས་སྟོང་གིས་ཞབས་ཞུས་སྐབ་མཁན་ཞིག་ཡིན་པའི་བཤད་སྟོལ་
མང་པོ་ཡོད་འདུག །རྒྱ་མདོ་སྟེ་ཤོག་གི་གཡོན་སྟོགས་ནས་རྒྱ་པོ་ཆེན་པོ་ཞིག་

འབབ་བཞིན་འདུག་པ་དེའི་མིང་ལ་ཡ་སྐྱངས་གཙང་པོ་ཟེར། སྤོ་པོ་རྫོང་ལྷ་རྟོང་
 སུའུ་གྲང་གིས་དགོངས་བཞེད་ལ། རྒྱལ་པོ་གཉའ་བྲི་བཙན་པོ་ནི་རང་བྲིས་དང་།
 རང་ཡུལ་ལ་ཞེན་པ་ཆེ་བ་ཞིག་ཡིན་སྟབས། ཁོང་རང་སྐྱུར་ནས་ཡུལ་གཞན་
 འགྲིམས་དགོས་པ་བྱུང་བ་དང་། ཁོ་རང་གི་རྟེན་གཞིས་ཡུམ་སྲ་སྐྱང་གི་འབྲིས་
 སྲ་འབབ་པའི་རྒྱ་བོ་དེ་ལ། རང་ཡུལ་དུན་རྟེན་གྱི་ཆེད་དུ་ཡར་སྐྱངས་གཙང་པོ་
 ཞེས་མིང་བཏགས་ནས་རྫོང་སྲ་དེར་དུས་རྒྱུ་ཁའི་ཕྱོགས་ནས་འབབ་པའི་རྒྱ་བོ་
 འདི་ཡོངས་གྲགས་ཀྱི་ཡར་སྐྱངས་གཙང་པོ་ཆགས་པ་མིན་ནམ་སེམས། ཞེས་
 གསུངས་པ་ཡང་དབྱང་འོས་པ་ཞིག་རེད།



ཉིང་བྲི་སྤོ་པོ་རྫོང་གི་རྒྱན་གོས།

གཞིས། ལྷ་མེད་ཀྱང་རྒྱལ་དང་འབྲེལ་བའི་གཏམ་རྒྱུད་མོར།

སྤྱུ་རྒྱལ་བདུན་པ་གི་གྲུམ་བཙན་པོ་ལོ་ངམ་གྱིས་བཀོངས་པའི་རྩེས་སུ། སྤྱུ་
 གསུམ་པོས་རྒྱལ་ས་མ་ཟིན་པར་བྱོས་ལྟེན་ནས་སྤྱ་ཀོང་ཉང་གསུམ་གྱི་རྩེ་པོ་
 བྱས་ཚུལ། བཅས་པའི་དགའ་ལྟོན་ལས། གཙེན་པོ་ཤ་བྲིས་ཀོང་རྩེ་མཛད། འཁྱིར་
 པོ་བྱ་བྲིས་སྤྱ་རྩེ་མཛད། རྒྱུང་བ་ཉ་བྲིས་ཉང་རྩེ་མཛད་ཅེས་དང་། རྩེ་འཕྲོ་ཚོས་
 འབྱུང་ལས། ཤ་བྲི་ཉང་པོ་རྩེ་པོ་དང་། བྱ་བྲི་ཀོང་པོའི་རྩེ་པོ་ ཉ་བྲི་སྤྱ་པོའི་རྩེ་པོ་
 མཛད་ཚུལ་སོགས་རྒྱལ་རབས་དེ་བ་ཐེར་རྣམས་འཁོད་ཚུལ་མི་འདྲ་བ་རུང་བ་དང་།
 ཡོད་འདུག་ཀྱང་དོན་དུ་གི་གྲུམ་བཙན་པོའི་སྤྱུ་གསུམ་གཅིག་སྤྱར་ཡང་རང་གི་
 ཡབ་མེས་གྱི་ཡུལ་དུ་སོང་ནས་རྩེ་པོ་མཛད་པའི་ལོ་རྒྱུས་ཡོད་པ་རེད། དེ་བཞིན་
 དུ་སྤྱ་པོའི་ཡུལ་མིའི་དག་རྒྱན་དུ་སྤྱུ་གསུམ་ཤ་བྲི་རང་ཡུལ་དུ་ཐེབས་པའི་སྤྱོད་གྱི་རི་རྒྱ་
 ལུང་གསུམ་དང་འབྲེལ་བའི་བཤའ་སྤོལ་མང་པོ་ཞིག་ད་ལྟའི་བར་དུ་གནས་ཡོད་
 པ། དཔེར་ན། སྤྱ་པོ་རྒྱ་མདོ་གོང་ནས་ཤར་ཚུགས་གྱི་ལུང་པའི་སྤྱ་ན་གསང་ནང་
 ལུང་པ་ཐེར་བ་ཡོད་པ་དང་། དེར་སྤྱང་ལུང་འཇུ་ཞེས་པ་ཤ་བྲི་སོག་མར་ཡུལ་
 དེར་ཐེབས་སྐབས་ཁོང་གས་སྤྱང་བྱ་ཡུལ་དང་། ཤ་བྲི་སྤྱག་པ་ཞེས་པ་ཤ་བྲི་
 བཞུགས་གནས་དང་། ཤ་བྲིའི་ཐེང་ལམ་ཞེས་པ་ཤ་བྲི་ཐེབས་པའི་ལམ། ར་གསོ་
 ཚང་ཞེས་པ་ཤ་བྲི་ཉིན་ལྟར་གསོལ་ར་བཞེས་སར་ཐེབས་པའི་དུད་ཚང་བཙས་
 ཡོད་པའི་བཤའ་སྤོལ་ཏེ། དེ་ལྟར་ཤ་བྲི་བཞུགས་སའི་སྤྱག་པ་དང་། ཐེབས་སའི་
 ལམ། གསོལ་ར་བཞེས་པའི་དུད་ཚང་རྣམས་གྱི་མིང་དེ་ལྟར་བྱུང་བར་ཡིན་པར་
 ད་ལྟའང་གཤགས། །དེ་ནས་སྤྱུ་གསུམ་ཤ་བྲིས་ཡུལ་དེར་བྱིམ་ཐབ་བཞེས་ཤིང་བྱིམ་
 གཞིས་ཆགས། སྤྱུ་གསུམ་ཤ་བྲིས་ཀྱང་འབྱུངས། ལོ་བརྒྱ་གསུམ་གྱི་རྩེས་སུ་གློན་པོ་ཏུ་ལས་སྤྱོད་
 གྱིས་ལོ་ངམ་བདུལ་ཞིང་རྒྱལ་སྤིང་འཕྲོག་པ་དང་། སྤྱུ་གསུམ་ཤ་བྲིས་ཡུལ་བྱའི་མཁར་དུ་
 གདན་དུངས། ཡུམ་སྤྱུ་གསུམ་ཤ་བྲིས་ཀྱང་བཞུགས་པའི་བརྒྱུད་པ་དེར་དུས་སྤྱ་པོ་ཀ་གནམ་
 རྒྱལ་པོའི་གདུང་རབས་རྣམས་ཡིན་པར་བཤའ། དེ་ཡིས་རྒྱུན་གྱིས་ལོ་རྒྱུས་སོག་སྤྱ་
 པོ་ཀ་གནམ་རྒྱལ་པོས་དགའ་ལྟོན་པོ་བྱང་གི་གཞུང་ལ་བཙུ་འཛོག་མེད་པ་ཐེངས་

མང་པོ་ལོ་ཁྲལ་མ་འཇལ་བས་ཀ་སྡེ་བར་གྱི་འབྲུག་པ་བྱུང་བ་དང་། ཁྲལ་མ་
འཇལ་བའི་རྒྱ་མཚན་ཡང་། ཀ་གནམ་རྒྱལ་པོས་བོད་རྒྱལ་པོའི་གཏུང་རྒྱུད་གྱི་
གཞུང་དངོས་དེད་ཀ་གནམ་རྒྱལ་པོ་ཡིན་སྟབས། སྡེ་པ་གཞུང་ལ་ཁྲལ་འཇལ་བའི་
འོས་འགན་མེད་ཅེས་བཤད་ཅིང་ཡོད་པ་རེད་ཅེས་ཟེར།



ཚུམ་པ་པོ་དང་ཉིང་ཁྱིམ་ཁྲལ་དང་སྡེ་པོ་རྫོང་གི་ལས་བྱེད་པ་དང་
གྲོང་མིའི་འབྲུག་སྟོན་ཅུ་ཁག་ལྟ་བུ་པར་སྟོན་པ།

རིག་འཛིན་ཀྱན་སྤྲེལ་བྲག་པ་འེ་གཟིམ་ལམ་གྱི་

བྲག་བཀོས་རི་མོ་ལ་དབྱེད་པ།

རྒྱལ་རྩོད་ཞེས་པ་ཤར་རྒྱལ་མོ་ཚ་བ་རྩོད་ཞེས་པའི་བརྒྱུས་མིང་རེད། ཡུལ་འདི་
 བོ་ཆེས་གནའ་བོའི་རུས་སུ་བྱུང་པའི་ཡུལ་མིང་ཞིག་ཡིན་ཏེ། སྤྱི་ལོའི་རུས་རབས་
 བརྒྱད་པའི་ནང་རུ་བོད་རྒྱལ་གྱི་སྤྲོང་ལྷུང་བཅན་སྐབས་སུ་སྤྲོབ་དཔོན་བེ་རོ་ཚུ་
 བ་རྒྱུངས་ཕུད་བྱེད་པའི་སྐབས་སུ། ཤར་རྒྱལ་མོ་ཚ་བ་རྩོད་རུ་བརྒྱད་པའི་ལོ་རྒྱུས་
 འཁོད་ཡོད་པ་རེད། དེར་རུས་བོད་རིག་པ་ཞིབ་འཇུག་གི་བྱའ་ཁོངས་ནང་རུ་
 རྒྱལ་རྩོད་རིག་གནས་ཞེས་པ་དམིགས་བསལ་ཞིབ་འཇུག་བྱ་ཡུལ་ཞིག་ཆགས་
 ཡོད་པ་རེད། བོད་ཀྱི་རིག་གནས་ལའང་གནམ་གཤིས་དང་ཁོར་ཡུག་མི་འདྲ་
 བའི་དབང་གིས་ནང་གསེས་ཡུལ་གྱི་སོ་སོའི་བྱེ་བྲག་གི་རྒྱན་གོས་དང་། ཆས་
 ལྷགས། ཡུལ་སྤོལ། གོམས་གཤིས་སོགས་མི་འདྲ་བ་སྤྱི་ཚོགས་ཡོད་པ་ནམས་
 མདོར་བརྒྱུས་ན། ལྷ་ས་གཙོ་བོར་བྱས་པའི་དབུས་གཙང་རིག་གནས་དང་། རྩེ་
 དགེ་གཙོ་བོར་བྱས་པའི་ཁམས་པའི་རིག་གནས། སྤྱ་བྱང་གཙོ་བོར་བྱས་པའི་ཨ་
 མདོའི་རིག་གནས་བཅས་སྟོགས་གཅིག་རུ་བསྟོམས་པ་ལ་གངས་ཅན་བོད་ཀྱི་རིག་
 གནས་ཟེར། ཞེས་འབའ་པ་བཀྲ་ཤིས་ཚེ་རིང་ལགས་ཀྱིས་སྟོགས་བསྟོམས་གནང་
 ཡོད་པ་རེད། འོ་ན་རྒྱལ་རྩོད་རིག་གནས་ཞེས་པ་དེ་སྟོགས་གང་གི་ཁོངས་སུ་
 གཏོགས་ཞིན། དེ་ནི་ཁམས་པའི་རིག་གནས་ཀྱི་ཁོངས་གཏོགས་ཡིན་པ་ལོ་རྒྱུས་
 ཡིག་ཚང་ཁག་ལས་གསལ་པོར་བཤད་ཡོད་པའི་སྟོན། ཁོ་བོའི་དབྱེད་ཚུལ་བོད་
 རྒྱུངས་སྤྲོབ་ལྷ་ཆེན་མོའི་རིག་གཞུང་རུས་དེབ་ཐོག་རུ་བཀོད་པ་《བོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་
 ཡིག་ཚང་ཁག་རུ་འཁོད་པའི་ཁམས་པའི་ས་ཁོངས་ལ་དབྱེད་པ་》ཞེས་པར་
 གསལ། མདོར་བརྒྱུས་ནས་བཤད་ན། རྒྱལ་རྩོད་རིག་གནས་ཀྱི་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་
 པའི་བྱེད་ཆོས་ཤིག་ནི་གནའ་རུས་བོད་ཀྱི་ཡུལ་སྤོལ་རྟིང་པ་མང་པོ་ཞིག་ནང་
 ཆོས་ཀྱི་ཤན་ཤུགས་མ་ཐེབས་པ་ཉར་ཆགས་བྱས་ཡོད་སྟབས། དེར་རུས་བོད་

ཡུལ་དབུས་སུ་མཐོང་རྒྱ་མང་བའི་བོད་གྱི་རིག་གནས་དང་རྩལ་མི་འདྲ་བ་ཡོད་པ་རེད། ལོ་རྒྱུས་ཡིག་ཚང་དང་། གནའ་མིའི་རག་རྒྱན་ལ་དབྱེད་ན་གནའ་བོའི་ཞང་ཞུང་རིག་གནས་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་པའི་སྐོར་མང་པོ་ཞིག་གནས་འདིར་ཉར་ཆགས་བྱུང་ཡོད་པར་མཐོང་བྱུང། །

ཨྱི་ལོ་༡༩༧༥ལོར་རོང་བྲག་རྫོང་གི་སྤེང་འཁོར་དགོན་པའི་སླ་མ་བསྟན་པའི་རྒྱལ་མཚན་གྱིས་ཞལ་བཀོད་ལྟར། རྒྱལ་རོང་བའི་བྱུང་མེད་ཐོན་ཀང་ལོན་(田光兰女士) གྱིས་རང་འགྲིས་ལས་ཀ་དེ་བཞག་ནས་རྒྱལ་རོང་ཡུལ་དུ་གནའ་བྱུལ་རིག་གནས་བཅའ་བའི་མགོ་བཅུགས། ལོ་དེའི་རྒྱ་བ་བཞི་པའི་ནང་ཉིན་ཞིག་རྩ་པ་བྲུལ་རྒྱ་ཆེན་རྫོང་ལི་མེར་བྲག་གི་རོས་སུ་བོན་གྱི་རིག་གནས་དང་འབྲེལ་བའི་བྲག་བཀོས་རི་མོ་མང་པོ་ཞིག་རྙེད་པ་རེད། རི་མོ་དེ་ནི་རྒྱལ་རོང་རྒྱ་ཆེན་རབ་བརྟན་རྒྱལ་པོའི་པོ་བྱང་དང་ཉེ་བའི་སར། ལི་མེར་བྲག་ཕྱག་ཅེས་པ་དེའི་བྲག་རོས་ན་ལོགས་རིས་མང་པོ་ཞིག་རྙེད་པ་རེད། རི་མོ་གཙོ་བོར་བོན་གྱི་སླ་མ་ཁོ་ཆང་འབྲུག་ལྟ་དང་། བེ་རོ་རྩ་ན་སོགས་སླ་མ་འགའ་ཞིག་དང་། བོན་གྱི་པ་རྒྱུད་དང་མ་རྒྱུད་གྱི་ལྟ་ཆོགས། དཀྱིལ་འཁོར་གྱི་མཐའ་སྐྱོང་ཚུལ་དུ་རི་རྩལ་ས་དང་། གཅན་གཟན། བྱ་རིགས་སོགས་དང་། ལྷག་པར་དུ་རྒྱ་རོང་ཡུལ་དེར་མ་གྲགས་པའི་བྱང་པོ་བྱ་གཟན་གྱི་སྐོར་སོགས་གྱི་རི་མོ་མང་པོ་བྱང་འདུག དེ་ལ་རྒྱ་བོད་གཉིས་གྱི་ཆེད་རམས་པ་མང་པོ་ཞིག་གིས་སོ་སོའི་བརྟན་དབྱེད་གྱི་མཚུག་བསྐྱམས་མི་འདྲ་བ་རེ་གནང་ཡོད་པ་ནི། ཨྱི་ལོའི་དུས་རབས་བརྒྱ་གཅིག་པ་དང་། བརྒྱ་གཉིས་པའི་བྲག་རིས་ཡིན་པ་རོས་འཛིན་པ་ཞིག་དང་། དུས་རབས་བརྒྱ་གཉིས་པ་ནས་བརྒྱ་དྲུག་པའི་བར་གང་རུང་ཞིག་ཡིན་པ་བཤད་པ་སོགས་རོས་འཛིན་སྤངས་མི་འདྲ་བ་འགའ་ཞིག་བྱང་ཡོད་པ་གསལ་གསལ་དབྱིངས་ཐེར་བྱ་རྒྱལ་ས།

四川金川境内勒乌乡马厂村发现本教千年摩崖线刻群

(2014年05月27日)

5月19日至22日，记者跟随中国著名佛教考古专家、原龙门石窟研究所所长温玉成教授和中央民族大学著名西藏岩画专家张亚莎教授一行，对金川县勒乌乡境

内的摩崖线刻进行了现场考古调查。

摩崖石刻群位于离金川县城不远的勒乌乡山上，山体呈U型，陡峭的山崖上垂直分布着本教图像的摩崖线刻，该地距离大金土司所在的勒乌园官寨仅一公里范围。线刻发现者田光岚女士介绍，山体目前共发现9组线刻图像，除了有缜密的密宗造像，另外在山体大小不一的修行洞附近，还有其他造型各异的神像、僧侣造像。

这些本教图像的摩崖线刻内容有塔式祭坛、阿修罗神、树神、护法神、空行母、野兽、尸陀林、本教法师像等，部分图像还有藏文题记。

在金川县政府举行的论证会上，75岁高龄的温玉成教授在实地考察后认为，这批本教图像的艺术来源是古格王朝，年代在11世纪到12世纪之间，是目前发现的本教图像最早规模最大的摩崖线刻群，是本教考古的一次重大发现。中央民族大学的张亚莎教授指出，这批图像对研究古象雄本教图像的演变脉络，尤其是本教早期葬式习俗等文化现象意义重大，当地应该引起高度重视，首先将山体完整封闭保护，再进行下一步研究。与会的本教活佛高僧在查看了线刻上的藏文题记和查阅大量资料后认为，石刻的内容为雍仲本教母续本尊佛（玛吉），岩洞的四面八方的悬崖峭壁上刻有大量的大圆满传承师的法像，有大量的三佛心咒、百子明、占巴兰卡和泽旺认真持明者的心咒等文字方面的石刻。据文献记载此处是修行大圆满的重要道场，曾经嘉绒地区的大僧大德都在这里闭关修行。

འོན་ཀྱང་བོད་ཀྱི་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་སྤང་ཚུལ་སྤོང་བའི་གདམ། སི་ཁོན་མི་རིགས་
དཔེ་སྐྱེད་ཁང་གིས་སྤྱི་ལོ་༢༠༠༩ལོར་དབུགས་སྤྱོད་པར་སྐྱེད་བྱས་པའི་ཤོག་
ལྗང་༡༡༥པའི་སྤོང་ལམ། “ཡང་ཟླ་བ་དུག་པའི་ཚོས་གསུམ་ལ་རབ་བརྟན་རྒྱལ་
ས་ལི་ལྷེར་མོ་བྱང་དུ། མཚོག་སྤྱལ་པད་མ་གཡུང་དུང་གི་གསང་མཚོག་ཞི་བའི་
དབང་གི་སྤྱོད་འགྲོ་རྒྱུ་ལྟ་བུ་བཞག་ཅུབ་ལ། དེད་དཔོན་སྤྱོད་སྤྱོད་ཀྱི་སྤྱོད་གཞིས་
ཡོད་ཚུལ་རྣམས་ཉིན་གང་རི་བཞིན་ཡིན་པ་ལ། ཉེ་གནས་མེར་ཡ་དུང་ལྷ་དང་།
དེད་གཞིས་སྤྱོད་ཀྱི་པ་ཟད་དེ་ན་སྤྱོད་སངས་ལྷ་བྱ་གཅིག་གི་སྤང་ཚུལ་དུ་ཁོའི་ལག་
དུ་ཟླ་བའི་མོད་ལྷེ་མ་གྱིས་བྱས་པའི་བསེལ་གཡལ་མཛོས་པ་གཅིག་གིས་བསེལ་
པལ་ཅིང་ཡོད་ཅེས། སྤྱོད་བྱ་ནག་པོ་གཞུགས་བརྟན་སྤྱལ་འདྲ་བ་གཉིས། བདག་
གི་སྤོང་དུ་མཚོགས་པར་རྒྱགས་བྱང་བ་ལས། ཉེ་གནས་གྱིས་ས་སྤྱོད་གང་གཏོར་
ཐལ་བའི་ཅན་གྱི་སྤྱོད་ལོག་ནས་བྱོས་མོང་བའི་མཐམ། འོལ་བ་གཅིག་གིས་བར་
སྤྱོད་ནས་ས་ལ་གཤེར་ཞགས་སུ་བྱས་ནས་སྤྱོད་བཅིག་བཟུང་ནས་བྱོས་མོང་།

གཅིག་དེ་གར་སོང་ཆ་མད་རུ་ཡལ། དེ་ལ་བདག་གི་ན་རུ་སྒྲིང་རྩེ་བ་གཅིག་བྱུང་
ཡང་བྱེད་ཐབས་ཟད། །དེ་ནས་རྒྱལ་ཕྱོགས་དེར་སྒྲོན་གིང་མི་དོག་སྒྲ་ཆོགས་
འབྱུངས་པའི་ཐང་ཡིད་རུ་འོང་བ་གཅིག་གི་ཕ་གི་དེ་ན་བྲག་རི་དཀར་པོ་གནས་
རུ་བྲག་པ་གཅིག་དགྲིལ་སྒྲིང་ཅམ་ན་བྲག་ཐུག་ཆེན་པོ། བྱི་ཡི་གཟུགས་ནི་གཡུ་
འབྲུག་འབྲིལ་བ་འདྲ་བ། བྱང་གི་ཐུག་པ་བྱུང་མེད་གྱི་མཆོན་མ་འདྲ་བ་གཅིག་
འདུག་པའི་སྒྲོ་གཅིག་འདུག་པ་དེ་ལ་འཇུ་ལ་སོང་བའི་ལུས་ནས། གཤིན་རྩེ་ཁམས་
གསུམ་རྒྱལ་པོ་གཙོ་བོའི་པོ་རྒྱུད་དམ་ཅན་གྱི་སྒྲ་ཆོགས་ཐམས་ཅད་ལོག་རིས་གྱི་
ཚུལ་རུ་བཀྲ་ལྷན་མེར་སྤང་། དེ་ནས་ཡར་ལ་ཐོག་འབྲུབ་ཅིག་གི་སྒྲིང་རུ་སྒྲིན་པ་
ལ། མ་མོ་སྤྱོད་གསུམ་བདག་མོ་གཙོ་བོའི་མ་རྒྱུད་མཁའ་འགྲོའི་སྒྲོ་ཆོགས་ཐམས་
ཅད་གིས་པ་གསལ། ཡང་ཡར་ལ་ཐོག་ཐུབ་གཅིག་གི་སྒྲིང་རུ་སྒྲིན་པ་ལ། སྐྱ་གསུམ་
ཁོ་རྒྱལ་ལ་སོགས་ཡི་དམ་ཞི་ཁོ་སྒྲ་ཆོགས་ཐམས་ཅད་བཀྲ་གསལ་ལམ་མེ་གིས་
འདུག་ ཡང་ཡར་ལ་ཐོག་དབྲུབ་གཅིག་གི་སྒྲིང་རུ་སྒྲིན་པ་ལ། ཐུབ་ཆེན་བརྒྱུད་ཚུ་
གཙོ་བོའི་སྒྲ་མ་རིག་འཛིན་ཐམས་ཅད་ཁྱ་ཤིགས་སེ་བཞོད་པར་སྤང་། དེ་ཡི་
དབྲུས་སུ་དགྲིལ་འཁོར་ཆེན་པོ་གཅིག་གི་རྩར་བྲི་གཉིས་གྱི་སྒྲིང་རུ་འབོལ་སྒྲོན་པོ་
རི་བཏིང་འདུག་པས་དགྲིལ་འཁོར་རྩར་ནས། བྱི་དཀར་པོ་ཞིག་ལངས་བྱུང་ནས་
བདག་ཁྱོད་སུ་ཡིན། འདྲིར་འོང་བ་ཅི་དོན་ཟེར། དེ་ལ་བདག་གིས་ང་ལ་རིག་
འཛིན་གཡུང་རྒྱུད་སྒྲིང་པ་ཡང་ཟེར། གར་དབང་ཀུན་གྲོལ་གྲགས་པ་ཡང་ཟེར།
སྤང་གསལ་འཇའ་ཆོན་སྒྲིང་པོ་ཡང་ཟེར། འདྲིར་འོང་བ་མཆོག་ཐུན་གྱི་དངོས་
ཐུབ་ནོད་པ་ལ་ཡོང་བ་ཡིན་སྒྲུས་པ་ལས། མ་ཁམས་པ་སྐྱལ་བའི་སྐྱ་མཆོག་པད་
མ་གཡུང་རྒྱུད་ཉིད་སྒྲོ་སྒྲོ་སྒྲ་བྱ་གཅིག་གི་ནང་ནས་ཕྱོན་བྱུང་སྟེ། ད་ཅིས་བྲི་གཉིས་
ཡོད་པའི་སྒྲིང་རུ་བེད་སྒྲོབ་དཔོན་བཞུད་པ་ལས་མ་ཁམས་པར། བྱུང་མེད་
མཛེས་མ་ཞིག་དལ་གྱིས་སྟེབས་བྱུང་ནས་བདག་ལ་བརྟེན་པའི་ཚུལ་གྱིས་སྤོད་
སོང་། དེ་ཅམ་གཏེར་ཐོན་བྱུང་རྒྱུ་པའི་ཞལ་ནས། བྱ་ཁྱོད་གྱི་རྒྱུ་འབྱེད་གསང་སྒྲོ་
འབྲུག་གི་ཐུག་དེར། མཁའ་འགྲོ་བརྟེན་ཡིག་ཡི་གེ་ཉི་ཤུ་ཡོད་པ་དེ་ལོན་ཞེ་ཡོད་
གསུངས། ལོན་རྒྱ་མཐོང་མ་བྱུང་ལགས་ཞུས་པས། ཞེ་ཞེ། དེ་ལོན་ན་གནད་འགག་

ཆེན་པོ་ཡོད་པ་ཡིན་ཏེ། ད་གཟོད་མ་གཤམ་གསུངས་པས་ལྷན་ནས་རྟོགས་པ་དེ་
 འགག་ཅེས་གསུངས་འདུག །ཁོང་ལ་གཟིམ་ལམ་འདི་བྱང་པའི་དུས་ནི་ལྷགས་
 གསུ་སྤྱི་ལོ་༡༧༩༩ལོའི་ཟླ་བ་དྲུག་པའི་ཆེས་གསུམ་ཉིན་ཡིན་སྟེ། རང་ལྷན་ཤོག་སྟེན་
 ༡༠༡པའི་སྤང་དང་པོར། དེ་ནས་རང་ལོ་སོ་གཉིས་པ་འགལ་བ་ཞེས་པ་ལྷགས་
 གསུ་གི་རྟོར་ཟླ་དང་པོའི་ཆེས་ལཱ་ལ། ཞེས་ལྷགས་གསུ་ལོའི་ཟླ་བ་སོ་སོའི་ནང་གི་
 མཛེད་ཕྱིན་བཟོད་པའི་སྐབས་སྟེ། ཟླ་བ་དྲུག་པའི་མཛེད་ཕྱིན་བཟོད་པའི་སྐབས་
 སྟེ་ཤོང་གསལ་རྒྱལ་ས་ལི་མེར་ཕོ་བྲང་དུ་བཞུགས་པའི་སྐབས་སྟེ་མི་ལམ་དེ་བྱང་
 འདུག དེ་ལྟར་ཀུན་གྲོལ་གྲགས་པའི་གཟིམས་ལམ་དང་། དེང་དུས་ལི་མེར་བྲག་
 གི་ལོགས་རིས་གཉིས་ནང་དོན་དང་། བྲག་ཐོག་ཤོང་ལོག་བར་གསུམ་གྱི་ལོགས་
 རིས་གྱི་གོ་རིམ་སོགས་པལ་ཆེར་གཅིག་པར་བྱང་ཡོད་པ་འདི་ལ་དབྱད་ན། རྒྱལ་
 རོང་ལི་མེར་བྲག་རིས་འདི་དག་ནི་བོན་ཟླ་ཀུན་གྲོལ་གྲགས་པའི་གཟིམས་ལམ་
 ལྟར་ཆུ་ཆེན་རབ་བརྟན་རྒྱལ་པོས་སྤྱིན་བདག་གནང་ནས་བཀོས་པ་འཕམ། ཡང་ན་
 ཀུན་གྲོལ་གྲགས་པ་སྤྱི་ཉིད་ཀྱིས་ཞལ་བཀོད་གནང་ནས་བཀོས་པ་གང་རུང་ཞིག་
 མིན་ནམ་སྟམ་པས་གཟུར་གནས་མཁས་དབང་རྣམས་ཀྱིས་དབྱད་པ་འོས།

སྤྱི་ལོ་༡༧༩༧ལོའི་ཟླ་བ་དྲུག་པའི་ཆེས་ཉིན་ཆུ་ཆེན་རབ་བརྟན་རྒྱལ་པོའི་ལི་
 མེར་ཕོ་བྲང་དུ་རིག་འཛིན་ཀུན་གྲོལ་གྲགས་པའི་གཟིམས་ལམ་དང་། དེང་དུས་
 རྒྱལ་རོང་ལི་མེར་བྲག་རོས་སྤྱི་ཆེད་པའི་བྲག་རིས་གཉིས་ནང་དོན་གཅིག་མཐུན་
 བྱང་ཡོད་པ་འདི་སྟེས་དབང་ཅམ་མ་ཡིན་པ་རྒྱ་འབྲས་ཀྱི་འབྲེལ་བ་ཞིག་ཡོད་
 དེས། ལི་མེར་ཕོ་བྲང་ཡོད་པའི་ཀ་ལིང་ཀ་ནས་བྲག་རིས་ཡོད་པའི་ས་ཆ་དེའི་བར་
 ལ་པལ་ཆེར་ལེ་དབར་གསུམ་བཞི་ཅམ་ལས་བར་མི་འགྲུངས་པ་ཞིག་རེད་

འདུག །དེས་ན་ང་ཚོས་བརྟན་དབྱང་བྱས་པ་ལྟར་ན་བྲག་བཀོས་རི་མོ་འདི་ལ།
 【ཀུན་གྲོལ་གྲགས་པའི་གཟིམས་ལམ་བྲག་རིས་】 ཞེས་ཟེར་འོས་པ་ཞིག་མཐོང་བས་དེ་
 ལྟར་འོས་མིན་དགག་བསྟུབ་ཆར་ལྟ་དབབ་དུ་གསོལ།

ཞེས་པ་འང་བོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་རྒྱལ་ཁམས་པ་བྱབ་བརྟན་སྤྱི་ཚོགས་དང་། འབྲམ་
 རམས་པ་ཚོས་ནོར་ལྟར་དུ་སྤྱོད་བཤོ།

དུས་རབས་དང་མཐུན་པའི་བོད་ཀྱི་སྐྱབས་འགོ་གསར་བ།

མྱེ་དགའི་ཡེ་ཤེས་སྒྲུལ་མ་དང་། །
 མི་ཉག་འཆི་མེད་དབང་མོ་གཉིས། །
 རྒྱལ་ཡོངས་མཁའ་ལ་འབྱུག་ལྟར་གྲགས། །
 ད་ལོ་བྱད་མེད་སྤྱད་རྟ་དར། །
 མྱེ་དགའི་ཡུལ་དང་མི་ཉག་ཡུལ། །
 ལྷ་མའི་འབྱུགས་པས་གནམ་ས་གཡོ། །
 རྩོམ་དཀར་མོ་ཡོས་ལྟར་བརྩོ། །
 ད་ལོ་སྤྱ་མའི་ནང་དམེ་རེད། །
 བོད་ཀྱི་སྐྱབས་ཡུལ་ནོར་ནས་འདུག །
 རྩེས་སུ་སྐྱབས་འགོ་འདི་ལྟར་འདོན། །
 བོད་ཀྱི་བྱད་མེད་ལ་སྐྱབས་སུ་མཆིའོ། །
 རྒྱ་གར་གྱི་སངས་རྒྱས་ལ་སྐྱབས་མཆིའོ། །
 ཆོས་དང་ཆོན་རིག་ལ་སྐྱབས་སུ་མཆིའོ། །
 སྒོ་བ་བླག་གཞིན་ཅུ་ནམས་ལ་སྐྱབས་སུ་མཆིའོ། །

དུས་རབས་དང་མཐུན་པའི་བོད་ཀྱི་སྐྱབས་འགོ་ལེགས་བཅས་དང་དེའི་ནམ་
 བཤད། ༡ དེང་དུས་བོད་ཀྱི་བྱད་མེད་ལ་སྐྱབས་སུ་འགོ་དགོས་པའི་རྒྱ་མཆོན།
 གནའ་བོའི་དུས་སུ་བོད་ཡུལ་འདིར་ཤེས་རིག་དང་། འཛོན་ཐང་གི་སྒོ་ནས་ཡུལ་
 སོ་སོའི་མི་དམངས་ལ་ཕན་ཐོགས་ཆེ་ཤོས་ཀྱི་མི་དེ་སྤྱ་མ་ཆགས་ཡོད་པ་རེད། ལྷ་
 མས་བོད་ཀྱི་སྒོ་ལ་རྒྱན་རིག་གནས་དར་སྤེལ་གཏོང་བ་མ་ཟད། སྤྱི་ཚོགས་ཞི་བདེ་
 དང་། མི་དམངས་ཀྱི་སེམས་དགའ་བའི་ལས་ཀ་མང་པོ་བྱས་ཡོད་སྐབས། ལྷ་མ་
 ལ་སྐྱབས་སུ་མཆིའོ། ཞེས་པ་དེ་དོན་དང་མཐུན་པ་ཞིག་རེད། དེང་དུས་སྤྱ་མ་

ནམས་ཀྱིས་རང་འདོད་དང་ར་རྒྱལ་གཙོ་བོར་འཛིན་ཞིང་། རྩེ་འབངས་བར་
 ལ་དགྲགས་ཤིང་དང་། སྤྱབ་མཐའི་བར་ལ་ཆགས་སྤང་གི་ལས་བྱེད། སུན་ཚུན་
 འགུན་ཚུད་གཙོ་བོར་དགོན་པ་ཆེ་ཆུང་དང་། ལྷ་སྤྱུ་མང་ཉུང་། མོ་ཏ་བཟང་རན།
 སློབ་མ་མང་ཉུང་། མཁའ་འགྲོ་མངོན་ཞན་མ་གཏོགས། ཡོན་ཏན་ཆེ་ཆུང་།
 ཉམས་རྟོག་མཐོ་དམན། གཞན་སུ་ཆེ་ཆུང་ཟེར་བ་དེ་སེམས་ཀྱི་བྱར་ལའང་
 འཛིན་ཅིང་མི་འདུག །དེར་དུས་བོད་ཀྱི་བྱད་མེད་ནི། དེར་སྐབས་རྒྱལ་སྤྱི་ནང་
 གི་འགུན་བསྐྱར་ནང་ཞུགས་སྤྱབ་མཁན་དང་མིང་ཐོབ་མཁན་དེ་བྱད་མེད་
 ནམས་མ་གཏོགས་མི་འདུག ན་ལོར་རྒྱལ་སྤྱིའི་ཨོ་ཡིན་ཕི་ཁེའི་ལུས་ཚུལ་འགུན་
 བསྐྱར་སྐབས་བོད་རིགས་ཤིག་ལ་བྱ་དགའ་རག་མཁན་དེ་ཨ་མ་དོའི་ཚོས་
 དབྱིངས་སློལ་མ་རེད། ད་ལོར་རྒྱལ་ཡོངས་ཀྱི་མདོ་འཛིན་པའི་འགུན་བསྐྱར་ནང་
 མིང་ཐོ་འགོད་སྤྱབ་མཁན་ཡང་འཆི་མེད་དབང་མོ་དང་། ཡེ་ཤེས་སློལ་མ་རེད།
 དུས་རྒྱུན་བོད་ཀྱི་གནས་ཚུལ་འཛམ་གླིང་ཡོངས་ལ་བྱབ་བསྐྱགས་བྱེད་མཁན་
 དང་ཆབ་སྲིད་ལྷ་བ་མི་མཐུན་པ་འཛིན་མོད་མཁན་ཆེ་རིང་འོད་ཟེར་རེད། དེས་
 ན་དེར་དུས་བོད་ལ་སྟུན་གྲགས་དང་འཛིན་ཐང་ཆེ་ཤོས་བོད་ཀྱི་བྱད་མེད་ཡིན་
 སྐབས་དེ་ལ་དེས་པར་དུ་སྐབས་སུ་འགྲོ་འོས་སོ། །

༢ རྒྱ་གར་གྱི་སངས་རྒྱས་ལ་ནམ་ཡང་སྐབས་སུ་འགྲོ་དགོས་པའི་རྒྱ་མཆོན།
 འཛིན་ཏེན་འདི་ཚོས་ལྷགས་གང་གིས་ཀྱང་བཤད་པ་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་རང་
 ཉིད་ལ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ས་བོན་ཡོད་པས་འབད་བཙོན་བྱས་ན་སངས་རྒྱས་རང་
 ཉིན་ཡིན་པ་དང་། རིགས་མི་གཙོ། དུས་མི་གཙོ། མོ་མོའི་བྱད་པ་མེད་པར་སུས་
 འབད་བཙོན་བྱས་ན་སུ་སངས་རྒྱས་རུང་བའི་གསུངས་པ་འདིས་ཚོས་ལྷགས་ཀྱི་
 འོས་ནས་དམངས་གཙོ་དང་། འདྲ་མཉམ་གྱི་ལྷ་བ་འདིས་ལོ་རྒྱུས་ཐོག་བཀའ་
 བཀོད་རྒྱུན་འཛིན་གྱི་ལྷ་བ་མང་པོ་ཤིག་གཏོར་བརྒྱགས་བྱས་ཡོད་པ་མ་ཟད།
 དེས་དུས་ཀྱང་ས་ཡི་གོ་ལའི་འོས་སུ་དར་བྱབ་འགྲོ་བཞིན་པ་རེད། དེས་ན་སངས་
 རྒྱས་མཛོད་ཇེས་དེ་ནམ་ཡང་ཉམས་ཐབས་མེད་པ་ཞིག་རེད།

༣ ཆོས་ལུགས་ཞེས་པ་དེ་སྤྱིར་མིའི་སེམས་ཀྱི་སྤྱད་བསྐྱེད་སེལ་ཐབས་ཤིག་
 རེད། ལྷག་པར་རྩ་དམིགས་བསལ་གྱི་སྤྱད་བསྐྱེད་དང་འཕྲད་ཆོ། ཕྱི་མར་ཕན་
 ཐབས་ཀྱི་སྤྱི་བ་སྦྱོང་དང་། ད་ལྟར་ཕན་ཐབས་ཀྱི་སྤྱི་བ་ཅོལ། གཏོར་མདོས་ཡས་
 གྲུང་། ལྷ་སྤྱང་གསལ་མཆོད་མོགས་ནི་སེམས་ཀྱི་སྤྱད་བསྐྱེད་ཆག་ཡང་གཏོར་
 ཐབས་ཤིག་རེད། དེས་ན་ཐབས་ཤེས་དེ་དག་མི་སྐྱེར་བསྐྱབ་ན་ཡག་ཤོས་རེད།
 ཡིན་ནའང་དོན་དངོས་ཀྱི་སྤྱི་ཆོགས་འཆོ་བའི་ནང་གི་དཀའ་ངལ་བསལ་བ་དང་།
 འཆོ་ཐབས་ཡར་རྒྱས་གཏོར་དགོས་ན་དེས་པར་རྩ་ཆུན་རིག་ལ་བརྟེན་དགོས་པ་
 ལས། ཆོས་ལུགས་ཁོ་ནས་ཕན་མི་ཐོགས། དེས་ན་དེར་རྩལ་བོད་ཀྱི་གནས་ལུགས་
 དང་བསྟུན་ན་ཆོས་དང་ཆུན་རིག་གི་གཞུང་གཉིས་ཀ་ལ་སྐྱབས་སུ་འགོ་དགོས་པ་
 ཞིག་ཆགས་འདུག །

༤ སློབ་མ་གཞོན་ཅུ་ནམས་ལ་སྐྱབས་སུ་འགོ་དགོས་པའི་རྒྱ་མཆོན། གནའ་
 རྩལ་དགེ་འདུན་པ་ནམས་ནི་དགོན་རྩ་བཞུགས་ཤིང་། ཆོས་དང་རིག་གནས་ལ་
 སློབ་སྦྱོང་གནང་། བོད་ཀྱི་སློབ་རྒྱན་རིག་གནས་དར་སྤེལ་གཏོར་མཁན་གཙོ་
 བོར་ཆགས་ཡོད་སྤྱབས་སྐྱབས་སུ་འགོ་ཡུལ་མ་ནོར་བ་རེད། འོན་ཀྱང་དེར་རྩལ་
 དགེ་འདུན་པ་ནམས་ནི་རྒྱ་གོང་གཞུང་རྩ་བྱི་ལྟར་འབྱམས། སྤྱི་རྩ་རྒྱ་མགོ་བསྐྱོར།
 ཕྱི་རྩ་བོད་མགོ་བསྐྱོར། མཆོན་རྩ་མོ་མགོ་བསྐྱོར། འགའ་ཞིག་ནི་རང་གི་དགོན་པ་
 ལས་ཕྱི་རོལ་རྩ་རྩོ་དགོན་དང་། ཡང་ན་ཆོས་ཆོགས་འདྲ་བཅུགས། བཅ་སྟོད་ཕོ་
 རྒྱུ་རྒྱུ་ནམ་སྤྱད་མོ་རྒྱུ་རྒྱུ་། ཞོགས་པར་རོ་ལྟར་ཉལ། ཉིན་གུང་ཕག་ལྟར་བཟའ།
 ཕྱི་རྩ་འདྲེ་ལྟར་འབྱམས། དེ་ལྟ་བུའི་དགེ་འདུན་པ་ལ་ང་ཆོས་སྐྱབས་སུ་འགོ་
 དགོས་པའི་རྒྱ་མཆོན་མི་འདུག །དེར་རྩལ་བོད་ཀྱི་གནས་བབས་དང་བསྟུན་ན།
 མ་འོངས་པར་བོད་དང་བོད་མི་དམངས་ཀྱི་མདུན་ལམ་གསར་སྐྱོན་བྱེད་མཁན་
 བོ་གཞོན་ཅུ་ཤེས་ཡོན་ཅན་འདི་ནམས་ཆགས་ཡོད་པ་ནི་སློབ་མ་དགོས་པ་རེད།

དེས་ན་མིག་སྤྱར་ཞིང་འཕྲོག་ཁུལ་གྱི་སྤྱ་གྲུ་གཟུགས་ཁམས་བདེ་ཐང་དང་།
 དབང་པོ་གསལ་བ། སློ་རིག་བཀྲ་བ་འདི་དག་འཕྲོ་བཞུག་མི་འགོ་བའི་ཐབས་སུ།
 རང་གཞན་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་འབད་བཙོན་བྱ་ནས་སློབ་གྲར་ཞུགས་སྐབས་པ་དང་།

ཡོན་ཏན་སྒྲུབ་ཐུབ་པ་ཞིག་རོགས་རམ་བྱ་ཐུབ་ན། མ་འོངས་པར་བོད་མི་རིགས་
ལ་སྤྱི་འབྲུག་རིག་གསུམ་གྱི་ཐད་ནས་སློན་སློན་གྱི་མདུན་ལམ་སློན་མཁན་ཁོ་ཚོ་
ཡིན་ངེས། དེས་ན་གཞོན་ནུ་ཤེས་ཡོན་ཅན་ནམས་ནི་མ་འོངས་པའི་བོད་ཀྱི་
སྐབས་གནས་སུ་བཀྱར་འོས།

སློབ་གྲྭ་ནི་གུང་གསེང་འཛོག་ |
 སློབ་མ་ནི་རང་ཡུལ་ལོག་ |
 གནམ་གཤིས་ནི་རྩི་ཆེ་རེད། |
 ཕྱི་ལ་ནི་འགོ་ཐབས་བྲལ། |
 ཆན་མོ་ནི་དར་མདོར་ཕྱིན། |
 གཅིག་སུ་ནི་བྱིས་ན་ལུས། |
 ཅི་བ་ནི་འདི་ལས་མེད། |
 ཞོགས་པ་ནི་ཡར་ལངས་ནས། |
 གྲགས་པོ་ཚོའི་ཆ་འཕྲིན་བལྟས། |
 ཅི་བསམ་ནི་འདི་བསམ་མེད། |
 འདི་འདྲ་ཞིག་སློ་ལ་འཆར། |
 ཐོལ་བྱུང་དུ་ཡིག་ཐོག་བཀོད། |
 བདེན་ན་ནི་དང་དུ་བྲངས། |
 བོར་ན་ནི་ལྷ་ལ་བཤགས། |

ཞེས་སྒྲིམ་ཆོག་གི་སྒྲུབ་ཚུལ་འགྱུར་བའི་རྒྱུ་ལྟར་ཏེ་དུས་རབས་དང་བརྒྱན་པའི་སྐབས་
འགོ་གསར་པ་འདི་ནི་རྒྱལ་ཁམས་པ་ཐུབ་བརྒྱན་སུན་ཆོག་དེས་སྒྲིམ་ལོ་༡༩༧༩ལོའི་ཟླ་བ་བདུན་
པའི་ཚེས་དྲུག་ཉིན་རྒྱ་ནག་ཁྲིན་དུ་སྤོང་གི་ཕྱོད་ཀྱི་ཐུབ་མི་རིགས་སློབ་གྲྭའི་རང་ཤག་དུ་བྲིས་སོ།

བཞག་པ་སྤྱལ་སྤྱལ་བཞག་པ་ལྟ་ཆ་ངས་པའི་ཐིག་ཤིང་།

2014 年 12 月 15 日

སྤྱོད་ན་རེ།

ཉེ་ཆར་བྲག་གཡའ་སྤྱལ་མཁོན་གྱིས་སྤྱལ་སྤྱི་ལམ་སྒོལ་དེ་འགེམས་སྟོན་ཁང་དུ་བསྐྱེལ་བའི་དུས་མཚམས་སུ་སླེབས་ཡོད། གསུངས་པ་ལ་ཅུང་ཟད་བརྟག་པ་ལས་འཕྲོས་ཏེ། རྒྱལ་པའ་སྐྱེལ་གྱི་མཐའ་རིས་མེད་གྱི་སྤྱལ་རྣམས་ལ་སྟོ་སྦྲར་འདེབས་པ་དག་ལ་ཅུང་ཟད་སྤྱལ་པ་རྣམས་གཅིག་དུ་བདུས་པ་བཞུགས་སོ། །

བཞག་པ་ལྟ།

དཔེ་ཆའི་ཁ་བྱང་ནི་གོ་སྒྲ་བ། ཚིག་ཏུང་བ། འོན་འཕུས་པ་ཞིག་དགོས་ཀྱང་། འདི་ནི་གནའ་པོའི་ལྷགས་ལ་མཐུག་བྱང་དང་། དེང་ལྷགས་ལ་ནང་དོན་གནད་བསྟུས་འདྲ་བ། གནའ་ལྷགས་དང་དེང་ལྷགས་གཉིས་ཀའི་ཁ་བྱང་དང་མི་མཐུན་པའི་ཁ་བྱང་ཕྱང་གསུམ་པ་འདི་ལ་བལྟས་པ་ཙམ་གྱིས་ནང་དོན་རྒྱ་མཚན་དང་ལྡན་པ་ཞིག་མེད་པར་མཐོང་བྱའོ། །

སྤྱལ་པའི་མཚན་སྟན་གཙུག་གི་རྒྱན་དུ་བཅིངས། །
བྱམས་པའི་སྤྱགས་གྱིས་པོད་འབངས་ཡོངས་ལ་བཅེ། །
བདེན་པའི་གནས་ལྷགས་དབྱངས་སུ་གྱེར་མཁས་པ། །
མཁས་དབང་སྟོ་ལྡན་ཤེས་རབ་སྤྱག་གི་ཡུལ། །

སྤྱ་གསུམ་སྤྱ་ལྷ་མཚན་བརྒྱད་རབ་ཁྲིས་སྤྱ། །
འཁོར་འདས་ཞིང་ན་ཆེ་བཅན་འགྲན་ཟླ་བལ། །
གདུགས་པ་འདུལ་མཛད་དོ་རྩི་གོ་ཡོད་ཞལ། །

ལོག་འདྲན་དམ་སྲི་འབྱུང་པོ་རུལ་རུ་རྒྱུག།

1 རྩ་ཚོལ་གྱིས་སྤྲུས་པ།

བསྟན་འགྲོའི་དོན་མཛད་མཚོག་སྤུལ་དང་། །

གྲེ་སྤང་ལོག་བཅུགས་སྤུལ་རྩུན་གཉིས། །

རོ་བོ་བྱེད་ལས་ཐ་དད་ཕྱིར། །

ཕན་ཚུན་སྤྱབ་བྱེད་རུང་མ་ཡིན། །

༡ བཀལ་ལན།

བདེན་དོན་སྤྱོད་བའི་བྲག་གཡབ་དང་། །

རྒྱ་བོད་མགོ་བསྐྱར་བཞག་པ་གཉིས། །

སོ་སོའི་དམིགས་ལུལ་ཐ་དད་འདི། །

གངས་ཅན་བོད་ལ་སྤྲུས་ཕན་དཔྱོད། །

2 རྩ་ཚོལ་གྱིས་སྤྲུས་པ།

སྤྱི་འབངས་ཁྲལ་གྱི་སྲིད་ལེན་གྱིས། །

ཡང་སྲིད་དབང་མེད་འཕངས་ན་ཡང་། །

དམ་སྤོམ་རྩུ་ལྟར་འདོར་བ་ཅན། །

འགྲེམས་སྟོན་ཁང་རུ་བཞག་ཀྱང་སྒྲ། །

༡ བཀལ་ལན།

རྒྱ་རིགས་མདུན་ན་དམར་ཟས་སྤངས། །

ཕོ་མོ་གང་ཐོབ་སྟོག་རུ་རྒྱ། །

རང་འདོད་འགལ་ན་སྒྲ་མ་དོར། །

དམ་སྤོམ་ལུན་པ་གང་ན་འདུག།

3 ལྷ་ཚོལ་གྱིས་སྤྲས་པ།

དམ་པའི་ལུང་གིས་ལེགས་ཟིན་པའི། ।

ཐུགས་བསྐྱེད་སྟོན་ལམ་གྱིས་འཕངས་པ། ।

སངས་རྒྱལ་མེད་ཡང་སྤུལ་སྤྱོད་ཉིད། ।

བྱང་མེས་སྤུལ་སྤྱོད་ལྱུང་རྩ། ।

༡ བཀལ་ལན།

བསམ་བཞིན་སྲིད་པ་སངས་རྒྱལ་སྤྱོད། ।

དེ་མེད་ཡང་སྲིད་ཀྱི་ཕག་བཞིན། ।

སྤུལ་སྤྱོད་སྤྱོད་ཀྱི་མ་ཤེས་ན། ।

རེ་ཞིག་སྤུལ་འབྲེལ་མ་མཛད་ཅིག།

4 ལྷ་ཚོལ་གྱིས་སྤྲས་པ།

སྤུལ་སྤྱོད་རན་བྱུང་བདེན་དཔང་བྱ། ।

སྤུལ་རན་སྟོན་མེད་རང་བཞག་པ། ।

མི་ལ་རྒྱལ་པོས་བྱུང་པའི་དཔེར། ।

རྒྱལ་པོ་རང་ཉིད་བཞག་པ་བཞིན།

༥ བཀལ་ལན།

རང་ལ་སྤུལ་མིང་ཡོད་བཞིན་བྱ། ।

རང་སྟོན་བཞིན་པ་དམ་པའི་རིགས། ।

བཅུན་པའི་ཚོལ་གྱིས་དད་ལྷན་བསྐྱེད། ।

བཞག་པ་ལ་སོགས་སྤུལ་ཚོལ་མང་། ।

5 སྤ་ཚོལ་གྱིས་སྤྱས་པ།

བྲག་གཡབ་རང་འདྲ་ཡོད་མོད་ཀྱི། །

རྒྱལ་པའ་ལྟ་བུའང་ཡོད་ཉིད་ན། །

གཅིག་ཉེས་བརྒྱ་ཡི་མགོར་གཡོགས་པ། །

མགོ་བོས་མི་སྟོང་འཇལ་བ་བཞིན། །

༥ བཀལ་ལན།

བྲག་གཡབ་ངན་པས་བྱབ་པ་དང་། །

རྒྱལ་པའ་བཟང་པོས་བྱབ་བྱེད་ཅི། །

རྒྱལ་ཆེན་ཤུགས་ལྡན་མཚོད་བཞིན་དུ། །

རྒྱལ་པའ་བསྟོད་པ་གཡོ་སྤྱས་གཏམ། །

6 སྤ་ཚོལ་གྱིས་སྤྱས་པ།

སྤལ་ངན་ལ་ལའི་སྟོད་ངན་གྱིས། །

སྤལ་སྤའི་ལམ་སྟོལ་འཛོག་དགོས་ན། །

ཤུ་ངན་ལ་ལའི་སྟོད་ངན་ལས། །

ཤུ་པའི་སྟོལ་དེའང་འཛོག་མིན་ནམ། །

༦ བཀལ་ལན།

སྟོད་ངན་ཅན་དེ་སྤལ་ངན་ན། །

བཞག་པ་སྤལ་ངན་ཡིན་པར་ཐལ། །

སྟོབས་འབྱོར་ལྡན་པས་སྤལ་བཟང་ན། །

ཡི་ཡུན་ཀའོ་(义云高)ཡང་སྤལ་བཟང་ཐལ། །

7 རྩ་ཚོལ་གྱིས་སྤྲས་པ།

ཡུལ་སྟོལ་བཟང་ངན་དུས་ཀྱི་ཆེན། །

སྤུལ་སྤུ་བཟང་ངན་གསེ་སྤྱོད་རག།

དེ་ཀྱན་སྤུལ་སྤྲས་ཉེས་ཟེར་ན། །

བསྟན་འགྲོའི་མགོན་མང་ཅི་ལ་འབྱུང་། །

༥ བཀལ་ལན།

སེམས་ཅན་དོན་སྤུལ་སངས་རྒྱས་སྤ། །

བཟང་ངན་སོ་སྤྱོད་བསྟན་དགོས་ན། །

སངས་རྒྱས་ལས་ལྷག་སོ་སྤྱོད་ཁྱོད། །

སྤུལ་སྤུ་འགྲོན་པའི་དགོས་པ་གང་། །

8 རྩ་ཚོལ་གྱིས་སྤྲས་པ།

བསྟན་འགྲོར་སྤྱོད་པའི་ཕྱགས་བསམ་སྤྱར། །

སྤྱོད་བདག་ངོ་སྤྱང་དོན་གཉེར་ནས། །

ན་ཆས་ཅམ་ལྷན་སྤྲུལ་འཆོལ་འགས། །

བསྟན་པའི་རུ་མཚོན་བཞིག་ལ་ཉེ། །

༥ བཀལ་ལན།

ཁྱ་ཉས་ཕག་ནག་འདོད་དཔེར་བཞིན། །

རྩ་ཚོལ་རང་གི་གྲིབ་མ་ལ། །

གཞན་སྤྱོད་སྤྲུལ་ནས་བཞུན་པ་འདི། །

འབྲུལ་རྟོག་ནད་གྱིས་ཟིན་པ་ངེས། །

9 རྩ་ཚོལ་གྱིས་སྤྲས་པ།

རྒྱལ་པའ་ལ་སོགས་རིས་མེད་གྱི། །

སྤྱལ་སྤྱུ་གངས་མེད་བྱོན་པ་རྣམས། །

བསྟན་བཤེགས་ཁོ་ནར་བསྟོན་འཇུགས་པ། །

དེ་དག་བསྟན་པའི་གཤེད་མ་ཉིད། །

༩ བཀལ་ལན།

རྒྱལ་འགོང་ཁ་གཞོན་རྒྱལ་པའ་རྣམས། །

བསྟན་བཤེགས་བརྗོད་པ་ངས་མ་མཐོང་། །

མ་འོངས་སྤྱལ་སྤྱུ་མི་དགོས་པ། །

སྤྱི་ཚུགས་ཡར་རྒྱས་མཚོན་ཉགས་རེད། །

10 རྩ་ཚོལ་གྱིས་སྤྲས་པ།

སྤྱལ་སྤྱའི་སྤྱེ་རབས་ཕྱིར་བ་ཅན། །

དངོས་བརྒྱད་བླ་མ་མི་དད་པས། །

ཚོས་མིན་སྟོབ་གསོ་སྤེལ་སྟོམ་པ། །

དམ་ལོག་མང་ཏུ་སྤེལ་བ་ཅན། །

༡༠ བཀལ་ལན།

དམ་ལོག་བླ་སྤྱལ་རྒྱལ་ཁམས་ཁེངས། །

དམ་ལུན་ཚོས་གྲལ་ཕྱད་ཏུས་འདིར། །

སྟོ་ལུན་ཤེས་རབ་སྟོ་མཚོ་ལས། །

དམ་སེལ་བྱས་གྱི་སྤང་ཆར་འབབས། །

11 རྩ་ཚོལ་གྱིས་སྤྲོས་པ།

སྤྲོལ་སྤྲོ་དགོས་མེད་སྤྲོ་བ་དག།

བཟང་བཟང་རྩུ་བག་མང་སྟོན་པ། །

རྩལ་པའ་ཡང་སྲིད་འགོག་འདོད་ཀྱང་། །

ངན་གཡོའི་ལས་མགོ་ཚུམ་པ་ཉིད། །

༡༡ བརྒྱལ་ལན།

རྩལ་པའ་ཡང་སྲིད་ཡོད་ཅམ་གྱིས། །

བོད་ཡུལ་ཡར་རྒྱས་འགོ་རྩལ་སམ། །

རྩལ་ཆེན་ཤུགས་ལྡན་རྩེས་འབྲངས་ལ། །

རྩལ་པའ་ཡོད་ནའང་དགོས་པ་གང་། །

12 རྩ་ཚོལ་གྱིས་སྤྲོས་པ།

རྩལ་པའ་ལ་སོགས་མ་འདོད་པ། །

ངན་གཡོའི་ལས་ལ་ཞུགས་པ་གང་། །

ནང་ཆོས་གཏན་བཙུགས་འདུན་ཅན། །

དེ་དག་གཞོན་འདྲེ་ཁོག་ཚྲོམ་ཡིན། །

༡༢ བརྒྱལ་ལན།

རྩལ་པའ་འདོད་པའི་ཁྱད་ཤོབ་འདི། །

གཡོ་སྤྲོའི་ནང་གི་ཆེ་ཤོས་རེད། །

ནང་ཆོས་དར་བས་བོད་དར་ན། །

ས་སྤྲོང་བོད་ལས་སྤྲོད་པ་སྟ། །

13 སྤ་ཚོལ་གྱིས་སྤྲས་པ།

བད་དག་ཅམ་ལའང་མ་བྱང་བར། །

བསྟན་ལ་ཕན་གཞོད་ཤེས་ཚོམ་གྱིས། །

སྤལ་སྤྱི་ལམ་སྤོལ་བསྐྱར་འདོད་གང་། །

མི་ཐེག་ཁུར་པོ་མ་ལགས་སམ། །

༡༩ བཀལ་ལན།

པར་དང་བར་གཉིས་ནོར་ཚུལ་ལས། །

བད་དག་མ་བྱང་རྗེས་སྤྱད་པོགས། །

སྤལ་མིང་ཤོར་བའི་སྤངས་སྤྲག་གིས། །

ཐུག་གི་ཚ་ཡང་འདར་བར་འདྲ། །

14 སྤ་ཚོལ་གྱིས་སྤྲས་པ།

སྤལ་སྤྱི་ལམ་སྤོལ་བཀག་པ་དེས། །

བླ་རྩན་འགོག་པ་མ་ཡིན་གྱི། །

རྒལ་པཎ་རྫོང་སར་ཀམ་སོགས། །

རིས་མེད་སྤྱེ་སྤལ་འགོག་པ་ཡིན། །

༢༠ བཀལ་ལན།

སོ་སྤྱིས་བཅལ་བའི་སྤལ་སྤྱད། །

སྤལ་རྩན་ཡིན་པ་ཐག་གིས་ཚད། །

བླ་མ་བསྐབ་སྤོལ་སྤང་ཚུལ་གྱིས། །

མཚོག་དང་དམན་པའི་བྱད་པ་ཅམ། །

15 སྤྲོ་ཚོལ་གྱི་སྤྲུལ་པ།

བདག་ནི་སྤྲུལ་སྤྲུང་འོས་མིན་གྱི། །

གད་སྟིགས་ཁྲོད་ཏུ་བསྐྱེལ་ན་འང་འགྲིག།

རྒྱལ་པའ་ཡང་སྲིད་དགོས་མིན་དེ། །

ཆོས་དང་ཡོངས་གྱི་དོན་ཆེན་ཡིན། །

༡༥ བཀལ་ལན།

གད་སྟིགས་ཁྲོད་ཏུ་བཞུགས་བཞིན་པར། །

ཡང་བསྐྱུར་སྐྱེལ་བ་དགོས་མེད་རྒྱ། །

སངས་རྒྱས་སྤྲུལ་པ་འཕྱོན་མིན་དེ། །

སོ་སྐྱེའི་དབང་གིས་ངེ་ལྟར་བསྐྱུར། །

16 སྤྲོ་ཚོལ་གྱིས་སྤྲུལ་པ།

བདག་ལ་ངེ་ཙམ་སྦོད་ཀྱང་ཅུང་། །

སྟིང་ཆོམ་ཡང་བའི་སྦོན་འདུན་ལྟ། །

འོན་ཀྱང་རྒྱལ་པའ་དགོས་མིན་སོགས། །

ཁྱིད་ཅག་ཁྱང་ཏུས་ཐག་མི་ཆོད། །

༡༦ བཀལ་ལན།

བྲག་གཡབ་སྤྲ་མའི་དགོངས་བཞེད་གྱི། །

སྤྲུབ་བྱེད་ཁྲོད་གྱི་གཏམ་འདི་ལེགས། །

སོ་སྐྱེས་ཐག་ཆོད་མི་རུས་ཕྱིར། །

ཡང་སྲིད་བཅའ་འཆོལ་སྤྲུང་ན་ལེགས། །

17 སྤྱི་ཚོལ་གྱིས་སྤྱུས་པ།

ཚོན་པོར་ངན་པས་མ་བྱབ་ཞིང་། །

རིད་པོར་བབང་པོས་མ་བྱབ་ཉིད། །

བབང་ངན་ས་མཚམས་འདིས་འབྱེད་པ། །

བྱུང་ཚེངས་ངོ་མཚར་འགྱུར་བ་ཅམ། །

༡༧ བཀལ་ལན།

སོ་སོའི་ཞེན་ཚུལ་ཐ་དད་པས། །

ཚོ་རིད་མངོས་བཟིད་དབྱེད་ཀའ་ཡང་། །

དེང་རབས་ཚོན་རིག་འཚོ་བའི་ནང་། །

ཚོན་པོའི་རིགས་ལ་ནད་རིགས་མང་། །

18 སྤྱི་ཚོལ་གྱིས་སྤྱུས་པ།

སྤྱི་ལ་དེ་འགོག་པས་འཇིགས་ཕུན་དང་། །

ངོ་ལ་ཨ་འཇོམ་ཇོགས་སྤུལ་དང་། །

པད་ལོར་ལ་སོགས་གསར་རྟིང་གི། །

སྤུལ་སྤུ་ཡོངས་ལ་སྤུར་འདེབས་འགྱུར། །

༡༨ བཀལ་ལན།

རང་མིང་སྤང་བའི་བྱུང་དཔྱད་རུ། །

རྟིང་དམག་སྤུལ་བ་རྟིང་རྗེའི་གནས། །

བདེན་པའི་དོན་དང་མ་འགལ་ན། །

རིགས་རྒྱུག་ཀྱན་འགལ་བཏང་སྟོམས་གནས། །

19 ལྷ་ཚོལ་གྱིས་སྤྲུས་པ།

སྤྲུལ་སྤྲུའི་སྤྲོལ་ལ་སྤྲོན་བརྗོད་ནས། །

རྒྱལ་པའ་དམིགས་བསལ་ཕུད་པ་གང་། །

དེ་ནི་བོད་ནམས་ཁྲོས་དོགས་ནས། །

ཉེན་ཡོལ་ཁ་མཁས་བྱས་པ་ཅམ། །

༡༩ བརྒྱལ་ལན།

རྒྱལ་པའ་བཀག་དང་དམིགས་བསལ་ཕུད། །

རང་ཚིག་འགལ་བ་སྤྲོན་པའི་གཏམ། །

གལ་སྲིད་བདེན་ན་རྒྱལ་ཆེན་མཆོད། །

རྒྱལ་པའ་བརྗོད་དང་མཚུངས་མིན་ནམ། །

20 ལྷ་ཚོལ་གྱིས་སྤྲུས་པ།

སྤྲུལ་སྤྲུའི་སྤྲོལ་དེ་འགོག་དགོས་ན། །

རྒྱལ་པའ་ཞར་ལ་ཁེབས་པར་འགྱུར། །

དོན་དེ་ཞེ་ཕྱགས་སྒྲིག་འདུན་ཏེ། །

ཆོས་དད་དམངས་ལ་བསྟན་མི་རུས། །

༢༠ བརྒྱལ་ལན།

རྒྱལ་པའ་ཡང་ཡང་སྒྲོས་པ་ནི། །

རང་མིང་སྤྱང་བའི་གོ་ཁབ་ཅམ། །

སྤྲུལ་གཞི་སངས་རྒྱས་ཁས་ལེན་ན། །

རྒྱལ་པའ་ཆེ་བའི་རྒྱ་མཆོན་ཤོད། །

21 རྩ་ཚོལ་གྱིས་སྤྲུས་པ།

བདག་ནི་སྤྲུལ་སྤྱི་ཕྱགས་མི་འཛིན། །

རྒྱལ་ཚབ་ཕྱགས་ལ་མི་སྤང་ཡང་། །

ས་དགེ་བཀའ་རྟིང་སྤྲུལ་པའི་སྤྲུམ། །

བསྟན་ལ་ཕན་པ་བསྟོན་ཅུས་མིན། །

༢༧ བཀལ་ལན།

སེམས་ཅན་མཁུ་བའི་ལས་མིན་པ། །

རྒྱལ་བ་དགེས་པའི་ཐབས་མེད་གསུངས། །

བྱིད་ཅག་དེང་རབས་སྤྲུལ་ཚོས། །

ཐོད་འབངས་ཕན་དོན་གང་བྱས་སོམས། །

22 རྩ་ཚོལ་གྱིས་སྤྲུས་པ།

དཔེར་ན་དགའ་ལྡན་བྱི་ཆེན་དང་། །

རྒྱལ་པའ་རིམ་བྱོན་ཁྱད་པར་ནི། །

ཕྱི་མར་ཁྱད་འཕགས་ཅུས་ལྡན་ཕྱིར། །

རིམ་བཞིན་ཕྱི་མ་མཐོང་ཆེར་སོང་། །

༢༨ བཀལ་ལན།

བྱིད་གྱིས་ཚོས་དང་ཆབ་སྲིད་གཉིས། །

ཅུས་པ་ནོར་བ་བགད་མོའི་གནས། །

དགའ་ལྡན་བྱི་པ་རིམ་བྱོན་ཁྱོད། །

སྐྱོག་བསད་བྱུང་བའི་ལོ་རྒྱུས་མེད། །

23 ལྷ་ཚོལ་གྱིས་སྤྲུས་པ།

སྤྲུམ་ན་ལུགས་སྤྲུལ་གང་ཡིན་ཡང་། །

ཕན་གནོད་གཉིས་ལྡན་ཆོས་ཉིད་ཡིན། །

འོན་ཏེ་ཁ་བའི་སྤྲོངས་འདི་ལ། །

རྒྱལ་པའ་བཀའ་དྲིན་བསམ་མི་བྱལ། །

༡༩ བརྒྱལ་ལན།

བོད་ཀྱི་རིག་གནས་བོན་གྱི་དྲིན། །

དམ་ཆོས་ལོ་པའ་མཁས་པའི་དྲིན། །

སྤྲུགས་རིས་གདོན་གྱིས་མ་གཟུགས་པ། །

རྒྱལ་པའ་བཀའ་དྲིན་གང་ཡིན་སྤྲོས། །

24 ལྷ་ཚོལ་གྱིས་སྤྲུས་པ།

མི་ངན་ཡོད་པའི་རྒྱ་མཚན་གྱིས། །

མི་ཀུན་གསོད་པ་བདུད་ཀྱི་ལས། །

སྤྲུལ་རྒྱན་ཡོད་པའི་རྒྱ་མཚན་གྱིས། །

སྤྲུལ་དེ་སྤྲུབ་པའང་རིག་གསར་ལུགས། །

༢༠ བརྒྱལ་ལན།

བསམ་མི་བྱལ་པ་སངས་རྒྱས་ཀྱི། །

མཛད་ཤིན་བཅོས་བསྐྱར་སྤྲུལ་ལྷ་ལྷ་ལྷ། །

སྤྲུལ་མིའི་སྤྲུལ་ལུགས་སྤྲུལ་མིས་བཅོས། །

འདི་ནི་འཇིག་རྟེན་ཆོས་ཉིད་ཡིན། །

25 སྤྱི་ཚོལ་གྱིས་སྤྱོད་པ།

བོད་ཀྱི་དངོས་ཡོད་གནས་ཚུལ་ནི། །

སྤྱལ་སྤྱའི་སྤུལ་དེ་དགོས་མོད་ཀྱི། །

ཡོད་ཚད་དོས་འཛིན་བྱེད་མི་རུང་། །

དོས་འཛིན་གསོ་སྤྱོད་གཉིས་ཀ་གཅིས། །

༡༥ བཀལ་ལན།

བོད་ཀྱི་དངོས་ཡོད་གནས་ཚུལ་ནི། །

ཚན་རིག་སྤྱོད་གསོ་དགོས་མོད་ཀྱི། །

དེ་ཡི་བཀག་རྒྱ་སྤྱལ་སྤྱ་ནམས། །

མི་མངོན་དབྱིངས་སུ་བཏབ་ན་ལེགས། །

26 སྤྱི་ཚོལ་གྱིས་སྤྱོད་པ།

དགོན་རེར་སྤྱལ་སྤྱ་བཟང་པོ་གཅིག།

དགེ་བཤེས་མང་ཙམ་ཡོད་ཀྱང་ཅིང་། །

དེ་དག་ཚད་ལྡན་ཉིད་བྱུང་ན། །

ཐུགས་མཐུན་བཤད་སྤྱོད་འཕེལ་བ་འབྱུང་། །

༡༦ བཀལ་ལན།

ལེགས་ཅན་ཚོངས་པ་ཡིན་པས་ན། །

སྤྱལ་སྤྱ་བཟང་རན་སུ་ཡིས་འབྱེད། །

ཐུགས་མཐུན་བཤད་སྤྱོད་འཕེལ་བ་ན། །

བོད་ལ་པན་ཐོགས་ཅི་ཡོད་སྟོན། །

27 ལྷ་ཚྭ་ལྱིས་སྤྲུས་པ།

ལར་ནས་དངོས་པོ་གང་ཡིན་ཡང་། །

མང་ཐལ་ཁུང་ཐལ་ཉེས་པའི་གཞི། །

རན་ཞིང་འཆམས་པ་ཕན་བདེའི་གཞི། །

དེ་ཕྱིར་མཐའ་གཉིས་མི་ལྟུང་གལ། །

༡༧ བཀལ་ལན།

ཟས་ཀྱི་སྲོད་བཞིན་ཆོས་ལྷགས་འདི། །

ཡོད་ན་ཞིམ་ལ་མེད་ན་འང་འགང་། །

ར་ཆམ་འདྲ་བའི་ཆན་རིག་འདི། །

མེད་ཐབས་མེད་པས་ཡིད་འཇོག་མཛོད། །

28 ལྷ་ཚྭ་ལྱིས་སྤྲུས་པ།

ཉེས་སོ་ཟེར་ན་ཐམས་ཅད་བཀག།

ལེགས་སོ་ཟེར་ན་ཀུན་སྦྱབ་པ། །

སྒྲུབ་ཚེངས་གཤམ་པའི་རྗེས་འབྲངས་ཉགས། །

དེ་ཕྱིར་གཟུ་བོའི་སྒོ་ཡིས་དཔྱད། །

༡༨ བཀལ་ལན།

ལེགས་པར་བརྟག་ན་དགོན་པ་ནམས། །

ཉམས་རྒྱུང་བོད་མའི་གཉའ་ཤིང་འདྲ། །

དགོན་པ་ཐམས་ཅད་སྒོ་བ་ལྷ་ཅ། །

བསྐྱར་ན་ཁྱོད་ལ་དགོངས་ཚུལ་ཅི། །

29 ལྷ་ཚྭ་ལྷ་མིས་སྤྲུལ་པ།

བདག་ནི་རྒྱལ་པའ་འགོག་འདོད་མེད། །

དེ་བཞིན་རིས་མེད་སྐྱེ་སྐྱུལ་དགོས། །

ཡོད་ཚད་ངོས་འཛིན་མི་འདོད་ཀྱང་། །

གཏན་འགོག་བདུད་ཀྱི་ལས་སུ་སོང་། །

༥° བཀལ་ལན།

སངས་རྒྱལ་སྐྱུལ་པ་སྐྱེ་འགག་བྲལ། །

དེ་ལ་ཐུགས་འཕེལ་དགོས་དོན་མེད། །

སྒྲོ་མ་སྤྱད་བྱེད་ཡང་སྤྱིད་འདི། །

ལྷ་བུའི་བདུད་ཀྱི་ཚོ་འཕྲུལ་དངོས། །

30 ལྷ་ཚྭ་ལྷ་མིས་སྤྲུལ་པ།

གངས་ཅན་པ་ལ་རྒྱལ་པའ་དང་། །

དགེ་བཤེས་རྒྱལ་ཚབ་ཐམས་ཅད་དགོས། །

འོན་ཏེ་མཚན་ལྡན་མ་ཡིན་ན། །

གསུམ་གའང་བསྟན་པའི་གཤེད་མ་མཚུངས། །

༥° བཀལ་ལན།

བྱིད་ཀྱིས་གསུང་པ་འདི་དག་ནི། །

གངས་ཅན་པ་ཡི་ཆ་ཤས་ཙམ། །

ས་རྒྱིང་བཀའ་ཐོན་ངོ་ནང་སོགས། །

མ་མཐོང་ཁོན་པའི་སྐལ་པ་དངོས། །

31 ལྷ་ཚོལ་གྱིས་སྤྲུས་པ།

བསྟན་ལ་ཕན་གནོད་གང་འབྱུང་བ། །

སྤྱལ་སྤྱའམ་དགེ་བཤེས་བྱང་མ་ལགས། །

སོ་སོའི་མིང་དོན་མཚུངས་མིན་ཡིན། །

མིང་དོན་མཚུངས་ན་ཐམས་ཅད་བཟང་། །

༡༧ བཀལ་ལན།

སྤྱལ་སྤྱ་དགེ་བཤེས་གང་ཡིན་ཡང་། །

མོད་འབངས་གཅིག་ལའང་མ་ཕན་ན། །

བསྟན་པ་ཟེར་བ་རང་དོན་རེད། །

འགེམས་སྟོན་ཁང་དུ་སྤྱེལ་ན་ལེགས། །

32 ལྷ་ཚོལ་གྱིས་སྤྲུས་པ།

སྤྱལ་སྤྱ་དགེ་བཤེས་མཁན་མང་བས། །

བསྟན་ལ་ཕན་གནོད་གང་འབྱུང་བ། །

མང་ཁུང་དབང་གིས་མ་ཡིན་གྱི། །

ཆོད་ལྡན་ཚུལ་མཐུན་ཡིན་མིན་རག།

༡༩ བཀལ་ལན།

ཆོད་ལྡན་སྟོ་ཤེར་དགོན་རྒྱབ་ཕྱད། །

ཆོ་བ་མདའ་སྒྲུག་མདའ་ལ་བྱངས། །

འདོད་ལྡན་སྤྱལ་སྤྱ་དགོན་སྡེ་འཛིན། །

དཀར་ནག་གོ་ལྟག་དེང་གི་བྱས། །

33 སྤ་ཚོལ་གྱིས་སྤྱས་པ།

སྤོན་བྱང་ལོ་རྒྱས་བརྟགས་པ་ན། །

སྤྱ་སྤྱལ་དག་བཤེས་མཁན་པོ་རྣམས། །

ཚོས་མཐུན་ཐམས་ཅད་ཕན་པ་མཚུངས། །

ཚོས་མིན་ཀུན་མཐུན་གནོད་པ་འང་མཚུངས། །

༡༩ བརྟལ་ལན།

ས་འབྲི་བཀའ་དགའི་དམག་འབྲུག་གིས། །

སྤྱ་སེར་འབྲུམ་གྱི་སྤྱོད་ཅ་བཅད། །

ཕ་ཐོང་ཁ་པའི་སྤང་དཀྱག་གིས། །

དེང་འདིའི་རྟོག་དྲ་ལོ་རྒྱས་གཟིགས། །

34 སྤ་ཚོལ་གྱིས་སྤྱས་པ།

གནོད་མཐོང་ཐམས་ཅད་འགོག་པ་འཇ། །

ཕན་མཐོང་ཐམས་ཅད་བསྐྱབ་པ་གང་། །

ཉམས་སྤྱོད་མེད་པའི་བྱིས་པ་བཞིན། །

གཡས་དང་གཡོན་གྱི་མཐར་ལྷུང་ངེས། །

༢༠ བརྟལ་ལན།

ཕན་པ་ལེན་ཞིང་གནོད་པ་དོར། །

རུད་འགོ་ཡིན་ཡང་སྤང་དོར་བྱེད། །

རང་ཚིག་འགལ་བའི་འཆལ་གཏམ་འདི། །

བྱ་ཐན་ལྷག་པའི་གཏམ་རྒྱད་བཞིན། །

35 ལྷ་ཚོལ་གྱིས་སྤྲུལ་པ།

སྤྲེལ་ལ་འགོག་པའི་ཉིང་དགོས་ནི། །

རྒྱལ་པའ་ཡང་སྤྲིད་འགོག་པ་ཉིད། །

རྒྱལ་པའ་གཉིས་གྱིས་སྤྲུར་གནོད་པ། །

དེ་དག་ནག་པོའི་སྤྲུགས་སྤྲུ་ཤེས། །

༩༥ བརྒྱལ་ལན།

རྒྱལ་པའ་འགོག་ན་རྒྱལ་ཆེན་དགའ། །

དེ་ནི་བྱོང་གི་ཉིང་དགོས་རེད། །

འོན་ཀྱང་རྒྱལ་པའ་གོ་བྱེད་གྱིས། །

བྲག་གཡབ་ཚོལ་བ་གཡོ་སྤྲི་ཐབས། །

36 ལྷ་ཚོལ་གྱིས་སྤྲུལ་པ།

བོད་ལ་ཤ་ཆ་ཡོད་མདོག་གིས། །

སྤྲུལ་སྤྲི་ལམ་སྤྲུལ་འགོག་པ་གང་། །

རྒྱལ་པའ་ལ་སོགས་རིས་མེད་སྤྲུལ། །

མ་འདོད་ངན་གཡོའི་ཐབས་རྒྱས་ཉིད། །

༩༦ བརྒྱལ་ལན།

རྒྱལ་པའ་ལ་སོགས་བྲ་སྤྲུལ་ནམས། །

ངན་སྤྲུལ་གྲོགས་སྤྲུ་སྤྲན་པ་འདི། །

འཐབ་སྤྲུགས་གཅིག་གྱུར་སྤྲིད་རྒྱས་ཐབས། །

ལེགས་པར་ཁོང་དུ་རྒྱུད་པའི་རྟགས། །

37 སྤྱི་ཚོལ་གྱིས་སྤྱས་པ།

ཀྱི་མ་དེང་དུས་སྤྱོད་འགའ། །

གང་ཡང་རྟག་ཆད་མཐའ་ལ་ལྷུང་། །

རྒྱིང་ཚད་བཀག་པར་བྲེལ་བ་ལས། །

དབུ་མར་གནས་ན་མི་ལེགས་སམ། །

༡༧ བཀྲལ་ལན།

གནའ་དུས་པན་ཀྱང་དེང་དུས་གཞོད། །

སྤྱལ་ལུགས་འགོག་པ་མཐའ་བྲེལ་ལས། །

རུབ་སྤྱོགས་བཞུགས་ཀྱང་ཤར་སྤྱོགས་ཀྱི། །

རང་ལུལ་བཅེ་བ་དབུ་མའི་ལྷ། །

38 སྤྱི་ཚོལ་གྱིས་སྤྱས་པ།

རང་རང་ཆགས་སྤང་དབང་གུར་པས། །

དགག་དང་བསྐྱབ་པ་སྤྱོགས་པ་གང་། །

བསྟན་འགྲོའི་བདེ་ཆ་མ་ལགས་ཏེ། །

རང་རང་ཞེ་འདོད་འགྲུབ་ཐབས་ཅམ། །

༡༨ བཀྲལ་ལན།

བྲག་གཡབ་སྤྱལ་སྤྱི་བཀའ་གསུང་དེ། །

ཁྱོད་དང་ཁྱོད་འདྲའི་མཚང་ལ་ཕོག།

དེ་ལ་དགག་སྐྱབ་བྱེད་པ་དེ། །

ཆགས་སྤང་མིན་ན་ཅི་ཞིག་ཡིན། །

39 སྤྱོད་ཀྱིས་སྤྱོད་པ།

སྤྱོད་མེད་གསར་དུ་འཛུགས་པ་ལམ། །

སྤྱོད་ཡོད་མང་ནས་བཞིག་པ་སོགས། །

རི་བོང་ཅལ་འདྲོགས་མི་ཅུང་སྟེ། །

རིགས་འདིའི་ཕུང་འདྲེ་འགྱུར་ཉེན་ཡོད། །

༣་ བཀལ་ལན།

སྤྱོད་མེད་གསར་བསྐྱེད་མི་ཅུང་ན། །

སངས་རྒྱལ་བསྐྱབ་པ་ནོར་འབྱུལ་ཆེ། །

སྤྱོད་ཡོད་སྤང་བ་སྦྱོན་ཡིན་ན། །

དུག་ལྷ་སྟོང་གི་དཀྱིལ་དུ་ཆོངས། །

40 སྤྱོད་ཀྱིས་སྤྱོད་པ།

རྒྱལ་པའ་འགོག་པའི་བོད་མི་ཅུང་། །

ན་གཞོན་སྤྱི་ཆོགས་ཉམས་སྤྱོད་ཅུང་། །

མ་བརྟག་འོལ་ཆོད་པན་འབྲས་ཅུང་། །

ཅུང་གསུམ་ལམ་ལ་མི་གཤེགས་འཆལ། །

༤༠ བཀལ་ལན།

ཅུང་གསུམ་ལམ་དེ་སྤང་དགོས་ན། །

རྒྱལ་པའ་འགོག་མཁན་མང་དགོས་སམ། །

ཡིག་སྦྱོན་མང་འདུག་བཅོས་ཡོད་ཀྱང་། །

དོན་སྦྱོན་འདི་འདྲ་ཐུགས་གཟབ་མཛོད། །

ཚོ་འདིར་དགོས་པའི་ལོངས་སྤྱོད་དང། །

སྤྱི་མ་པན་པའི་དམ་ཚིག་སྟགས། །

གང་ལའང་ཞིན་མེད་རྒྱལ་ཁམས་པས། །

རིག་པའི་རྒྱ་མཚོའི་གླིང་ནས་སྤྱིངས། །

ཞེས་པ་སྤྱི་ལོ་༢༠༡༥ལོའི་ཟླ་བ་༡༢ པའི་ཚེས་༡༥ མཚོ་སྔན་ཨ་རུའི་ཚོང་ཚོགས་ཀྱིས་གཙོ་གཉེར་
བྱས་ཏེ་ཐོད་ཀྱི་གསོ་རིག་གི་དཔེ་ཚོགས་ལ་སྤྱི་རྒྱལ་ཙུའི་བདག་ཉིད་ཅན་པར་སྐྱབ་གྱུ་བ་པའི་
དཔེ་གསར་འགྲམས་སྤེལ་གྱི་ཚོགས་འདུ་ཟི་ལིང་རུ་འཚོགས་པ་དེར་ཞུགས་ཉིན་བྱ་ཚོག་རུ་ལི་
ཐང་བཞག་པའི་ཚོམ་ཡིག་འདི་མཐོང་བ་དང་བརྗོད་དོན་ནང་ཚོས་དང་མི་མཐུན་པ་འགའ་
ཞིག་མཐོང་བའི་མོད་ལ་ཙོ་འདྲི་བའི་ཚོམ་ཡིག་ཅིག་འབྲི་འདུན་སྤྱིས། སྤྱི་ཉིན་གནམ་གྱའི་ནང་
རུ་ཤོ་ལ་ཀ་རེ་ལ་ལན་རེ་བྲིས་པས་ཁོན་རྒྱར་སྤྱིབས་པ་དང་རག་པ་ཞིག་བྲིས་བྲིན། སྤྱིར་ཡང་
དེའི་རུབ་མོར་ཞུ་དག་ཐེངས་གཅིག་བྱས་ཏེ་སྤྱི་འཕྲིན་རུ་བའི་ཚོག་རུ་བདེན་དོན་བཅའ་བའི་
རྒྱལ་ཁམས་པ་ལྷན་བཟུན་སྤྱི་ཚོགས་དེས་སྤྱིངས་སོ། །

2015 ལོའི་ཚུམ་ཡིག་ཐོར་བ།

གསེར་རྩི་ལྷ་རྩུང་གི་ཆེས་རམས་པ་ལ་བཀལ་ལན་སྤང་ཆེད་
མཆོད་སྤྱོད་ཞེས་བྲ་བ་བཟུགས་སོ། །

ན་མོ་གུ་ཅ་རྒྱུ་ཀ་རྩ་ཡ།

གཟའ་ཆེན་བརྒྱད་དང་གོ་ལའི་རང་འགྲོས་སོགས། །
བཅུ་གཉིས་བྱིས་ཏུ་རྒྱུང་གིས་བསྐྱོད་པའི་ཆོ། །
རྩས་བཞིའི་ཁམས་དང་ཐུན་སྤང་རྣམ་འགྱུར་སོགས། །
རང་བཞིན་ཆོས་ཉིད་གངས་ཅན་གྱི་པོས་རྟོགས། །

སྤྱི་སྤྱོད་འཇིག་རྟེན་ནང་བཅུད་སྤྱི་འགྲོའི་ཁམས། །
འབྱུང་བཞིའི་རྣམ་ལས་གྲུབ་པ་དངོས་པོའི་ཆོས། །
འབེལ་འགྲིབ་དབང་གིས་བདེ་སྤྱོད་འགྱུར་བའི་གཤིས། །
ཡོངས་སུ་གསལ་མཛད་པོན་གྱི་སྤྱོད་པ་མཆོག །

ན་ལེན་ཏུ་པར་ཆེན་ལྷ་བརྒྱས་བཀྱར། །
ཁ་བ་ཅན་འདིར་སྤྱོད་གཉིས་སྤྱོད་བའི་དབང་། །
ཅ་མི་པར་ཆེན་གྱི་རྩ་རྒྱུ་འོད་མགོན། །
སྤྱོད་འདིར་རྩས་འཁོར་སྤྱོད་བ་ཐོག་མ་ཉིད། །

སྤྱི་ནང་གཞན་གསུམ་རང་བཞིན་གཅིག་ཏུ་གཟིགས། །
སྤྱོད་གྱུར་གོ་ལའི་ཐུར་བུལ་གངས་གྱིས་གཞལ། །
སྤྱོད་མེད་རིག་པའི་འཕྲུལ་གྱི་གནམ་དབྱུང་མཁའ། །

ཀུན་མཁྱེན་རང་བྱུང་དོ་རྗེས་སྤྲོངས་འདི་སྤྲོངས། །

གོ་ལའི་ཁྱོན་དང་གཟའ་སྐར་རང་འགོས་སོགས། །
ལོ་ཟླ་ཞག་རུས་གངས་ཚད་ནམ་བཞག་ཀུན། །
ཡོངས་སུ་གསལ་བའི་འགྲེལ་མཛད་ནམ་དཔྱད་ཅན། །
བྱ་སྟོན་རྗེ་དང་གཙུག་ལག་སྤང་བའི་ཞབས། །

ལོ་ཟླ་ཞག་རུས་བཟང་ངན་ཁྱ་མར་བཀོད། །
སྟོག་གྱུར་ཆར་ཞོད་སད་སེར་སྟོན་བདེ་སྟོག། །
ཡུལ་གྱི་སོ་སོའི་བྱད་ཚོས་རང་སྟོལ་འགོད། །
ལུག་མཚུར་ཅིས་ཀྱི་སྟོབ་དཔོན་དེ་ཀུན་བསྐྱགས། །

བན་བོན་དབྱེར་མེད་རིག་གཞུང་རང་སོར་འཛིག། །
སྐར་འབྱུང་ཅིས་ཀྱི་སྤྱིང་བཅུད་གཡང་རུ་བྱངས། །
བེ་རྩུར་དཀར་པོས་པོད་ཀྱི་རང་ལྷགས་བསྐྱངས། །
མི་ཡི་དབང་པོ་སངས་རྒྱས་རྒྱ་མཚོ་རྒྱལ། །

དཀར་ནག་རྒྱ་པོད་ཀུན་གྱི་ཅིས་གཞུང་གཟིགས། །
ནམ་ཟླ་རུས་ཀྱི་གཟེར་ནམས་ཉི་སྐར་གཙོ། །
ལེགས་ཉེས་ལྷས་ཀྱི་བྱེ་བྲག་ཡུལ་སྟོལ་གཅེས། །
ནམ་དག་ཅིས་ཀྱི་སྟོབ་དཔོན་ཚོས་འབྱུང་རྗེ། །

རང་གི་གཞུང་བཟང་བོན་ལྷགས་ཡིན་ཞེས་སྟོད། །
གཞན་ལྷགས་ཚོངས་དད་རིན་ཆེན་གསེར་རུ་སྟོམ། །
ལོག་པའི་ལམ་སྟོན་གསེར་རྟའི་ཅིས་རམས་པར། །

ཡེ་ཤེས་དབྱིངས་ནས་སྒྲིང་རྗེའི་ཆར་གྱིས་བརྒྱན། །

ཡིག་སྒྲིང་བརྒྱ་ཙམ་གོ་དོན་མ་རྟོགས་པ། །
 ཡིན་མིན་རྣམས་བཤད་འབྲུག་ལྟར་གྲགས་པ་འདི། །
 གདོན་འདྲེ་ཤར་བཞག་མདོས་སྤྱད་ཅུབ་སྟོགས་སུ། །
 རྒྱལ་བའི་གཏམ་གྱི་དཔེ་ལས་མ་འདས་སོ། །

ནམ་མཁའི་རྒྱ་སྐར་བར་སྤང་རྒྱང་པོ་སྒྲིན། །
 ས་གཞིར་བྱ་དང་བྱེད་ལ་འཕོ་བསྐྱུས་ཏྲགས། །
 གཟའ་སྐར་འཕྲོད་སྦྱར་འབྱུང་ཁམས་བརྟག་པ་སོགས། །
 རང་བྱུང་ཆོན་རིག་ཅིས་གཞུང་རང་གི་ལྷགས། །

ཉི་མ་ནག་ཆེན་ངན་པ་དགུ་འཛོམས་དང་། །
 རྒྱ་ཁང་ཡན་གྱིང་ས་སྤང་བརྟག་པ་སོགས། །
 རྒྱ་ནག་ལྷལ་རུ་དོར་བའི་ཚོངས་དད་རིགས། །
 བོད་ཡིག་ཡོད་ཀྱང་བོད་ཀྱི་རང་ལྷགས་མིན། །

མེས་པོའི་སྟོལ་ལྷགས་འབྲོག་པའི་སོ་ནམ་འགོག། །
 རྒྱ་ལྷགས་ཆོས་སྟོལ་སྟོ་བྱས་བོད་ལ་སྟེལ། །
 བོད་མོར་འདྲེ་མཐོང་རྒྱ་མོ་ལྷ་རུ་བཀྱར། །
 གསེར་རྟར་དར་ཡང་བོད་ཀྱི་རང་ལྷགས་མིན། །

ཞིང་འབྲོག་འཆོ་བ་དག་བརྒྱའི་བྲིམས་གྱིས་བརྒྱན། །
 བརྒྱན་པ་པོ་མོ་གདན་བྲི་གཅིག་རུ་འཆོགས། །
 སེར་གོས་སྟོན་ཞིང་འབངས་ལ་མནར་གཅོད་གཏོང་། །

གསེར་རྟར་དར་ཡང་འདུལ་བའི་རང་ལྷགས་མིན། །

སྲིད་དོན་ཆེད་དུ་སྤྱི་ཚོགས་སྤྲིག་ལམ་སྟེལ། །
 རང་འདོད་ཆེད་དུ་བོད་འབངས་སྐྱབས་འོག་ཕུད། །
 མཐུན་སྤྱིལ་ཆེད་དུ་བྱམས་བཅེས་རྒྱ་སྟོབ་བསྐྱངས། །
 གསེར་རྟར་དར་ཡང་སངས་རྒྱས་ཚོས་ལྷགས་མིན། །

རང་རིགས་ཚོངས་དད་སྟོང་བའི་འབོད་སྐུལ་ཞིག །
 ལྷག་བསམ་དར་དཀར་བརྒྱད་ནས་སྤྱིངས་པ་ལ། །
 བོད་འབངས་གཡོ་སྐྱེའི་འོག་ནས་ཐར་དོགས་ཀྱིས། །
 འོ་དོད་ལྷ་ཅུང་སྐར་གྱི་ཅིས་པས་སྟེལ། །

དད་ལྷན་ཉམ་པས་འདུལ་བའི་ངན་ལོང་གིས། །
 གང་དུན་ཉོབ་ཚོད་སྤྱོད་བའི་ལུང་རིགས་དེ། །
 གནས་ལྷགས་བདེན་པས་དབྱུད་པའི་དངོས་གཙོ་བ། །
 དེང་རབས་རྟོག་གི་པ་ལ་བགད་མོའི་གནས། །

ཚོས་སྲིད་ཁྱད་གྱི་རྗེས་སུ་མི་འབྲངས་པའི། །
 ཉམས་རྒྱུང་བོད་འབངས་མནར་བའི་ལོང་ཤོར་དེས། །
 རང་ཉིད་ཆེ་བར་རྫོམས་པའི་བཀའ་བཀྱོན་འདི། །
 བོད་ཀྱི་རྒྱལ་ཁམས་པ་ལ་བཏང་སྟོམས་སོ། །

རྒྱ་ལྷགས་སྤྱོད་ཐས་ཐོས་པའི་རིག་སྟོབས་འོད། །
 ས་མཐོ་གསེར་རྟའི་སྤྱིགས་ནས་མཆེད་པ་དང་། །
 བོད་ལྷགས་ཤ་མར་ཐོས་པའི་བྲག་རྒྱངས་སྤྲིན། །

རྒྱ་ནག་པེ་ཅིང་གོང་ནས་མཁའ་ལ་འཁྲིགས། །

ངན་དགུ་བོད་ལྷགས་ཡིན་པའི་བདེན་དཔང་དུ། །
འཇམ་དབྱངས་རིག་པའི་རལ་གྱི་འཕྱར་མཛོད་དང་། །
གངས་ཅན་འབྱང་བཞི་རིག་པའི་རང་སྟོབས་ཀྱི། །
རྩལ་ཕན་མཚན་གྱི་འཁོར་ལོ་འདི་ནས་བསྐྱར། །

ཕོ་མོ་བྲི་སྟང་འདུས་པའི་དགེ་འདུན་སྟེས། །
ལྷགས་འདབ་སྟང་རྩ་སླུལ་ནས་ཚོད་འདོད་ན། །
གངས་ལྗོངས་མཁས་པ་གཞོན་ཅུའི་སྟིང་བཅུད་ཀྱན། །
གཅིག་བརྟུས་སྟོབ་གྲུའི་རིག་སྟོ་འདི་ན་སྟེས། །

བཟོད་པའི་གོ་དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དོར་ནས། །
རྟོ་དང་དབྱུག་པའི་མཚན་ཆས་འཁྲུགས་འདོད་ན། །
ཕ་མེས་བརྒྱད་པའི་དབྱང་པའི་ཤ་རྟོད་ལ། །
ཆོས་དབྱུག་བརྒྱད་པའི་རྒྱང་འཁོར་འདི་ནས་བསྐྱར། །

དེ་ལྟར་མཁས་པ་དབྱེས་པའི་མཚན་སྲིན་འདི། །
གཞོན་ཅུ་དབྱེས་བྱེད་གྲོགས་པོ་མཚར་བྱེད་དང་། །
སླ་སླུལ་ནམས་ལ་བཟོད་པའི་ཡུལ་མཚན་ཉིད། །
དམ་པའི་གྲོགས་ལ་ལེགས་པའི་སྟེས་འདི་འབྱུལ། །

ཞེས་པ་མཚན་པ་བཟོད་པའི་ཀྱ་རེའི་ངག་ཅེད་ཀྱིས་སྟེ་དྲངས་ནས་དམ་པའི་
གྲོགས་མཚན་གསེར་ཐང་སླ་རྩང་ལྟ་རིག་ནང་བསྟན་སྟོབ་སྟིང་རྩ་ཅིས་རིག་སྟོ་བ་
དགེ་དཔལ་ལགས་ལ་བཀའ་ལན་རྩ་ཞུ་བར། ཉེ་ཆར་ཁོ་བོས་རང་གི་མི་རིགས་

འདི་ཡུན་རིང་པོ་ཞིག་ཚླངས་པའི་གཞིད་ལམ་དུ་སོང་བའི་དོན་སྐྱོན་འདི་ལས་
 རིམ་བཞིན་སང་པའི་དུས་ལ་བབས་འོས་སྐྱམས་ཞིང་། གནའ་སྔོལ་གྱི་རིག་
 གནས་ནང་དུ་གང་ཞིག་ཚན་རིག་ཡིན་པ་དང་། གང་ཞིག་ཚླངས་དད་ཡིན་པ།
 གང་ཞིག་མི་རིགས་རང་གི་རིག་གནས་ཡིན་པ་དང་། གང་ཞིག་རྒྱ་དཀར་ནག་
 བས་བསྐྱར་བའི་རིག་གནས་ཡིན་པ་སོགས་རེ་རེ་བཞིན་གོ་བདེའི་ངག་གིས་
 གསལ་བཤད་ཅིག་འགོ་བཙུགས་ནས། ཐོད་ཀྱི་ལོ་མོའི་ནང་དུ་གནའ་བོའི་དུས་
 སྤྱི་རྒྱ་ནག་ནས་བསྐྱར་བའི་ཡན་ཀྱོང་དང་། ངན་པ་དགུ་འཛོམས་སོགས་དེང་
 དུས་རྒྱ་ནག་རང་གིས་ཡུལ་དུ་འང་བེད་སྤྱོད་སྔོལ་མེད་པ་ཆགས་ཟིན་པའི་ཚླངས་
 དད་ཀྱི་རིགས་འདི་དག་གསལ་བཤད་ཅུང་ཟད་བྱས་པ་ལ། གསེར་རྟ་སྤྱང་
 སྐར་གྱི་ཅིས་པ་དགོ་དཔལ་ཁྱེ་བ་ཞིག་གིས་ཁོ་པོ་ལ་བཀའ་བཀྲོན་གནང་བའི་གྲུས་
 ལན་དུ་སྤུལ་བར། དེ་ཡང་འདིར་མེར་མོ་བ་ལ་གྲུས་པ་མཚོན་པའི་ཆེད་དུ།
 སྤྱང་གི་ཅིས་རམས་པ་དགོ་དཔལ་གྱིས་གསུང་ནམས་ཡིག་གཟུགས་དམར་པོ་
 དང་། ཁོ་པོས་ལན་དུ་ཁྱེས་པ་ནམས་ཡིག་གཟུགས་ནག་པོ་བྱས་ཡོད། །

1 གསེར་རྟའི་སྤྱང་གི་ཅིས་རམས་པ་དགོ་དཔལ་ན་རེ། རྟོ་རྒྱབ་མི་རིགས་སྔོབ་གྲ་
 ཆེན་མོའི་དགོ་ཆུན་ཐུབ་བསྟན་ཕྱན་ཚོགས་ཀྱིས་མི་ཤེས་ཤེས་ཁུས་ཀྱིས་འདི་ལྟར་བཤད། ཅིས་
 ཁོ་པོས་ཚླངས་དད་མེལ་བྱེད་དུ་བཏང་བའི་འཕྲིན་ཡིག་དེ་ཆ་ཆང་འདིར་བཀོད་
 ཡོད་འདུག་པར།

༡ དེ་ལ་ཁོ་བོས་ལན་དུ། ལེགས་སོ། །འདི་ངས་མི་ཤེས་ཤེས་མདོག་རེད་མི་
 འདུག །བྱིད་རང་གིས་མི་གོ་གོ་མདོག་གནང་འདུག །ངས་བཤད་པ་ཐོད་
 ལུགས་ཀྱི་ཅིས་གཞུང་ནང་དུ་ངན་པ་དགུ་འཛོམས་ཞེས་པ་མ་མཐོང་། ཟེར་བ་
 ལས་ཐོད་ཡིག་ནང་ལ་ངན་པ་དགུ་འཛོམས་མ་མཐོང་ཟེར་བའི་ཆོག་གཅིག་ཀྱང་
 མེད། རྒྱ་ནག་ལུགས་ཡིན་ཟེར་བ་ནི་རྒྱ་ནག་ལུགས་རྟིང་ཐོད་ཡིག་དུ་བསྐྱར་བའི་
 ཅིས་རིག་ཡིན་པ་ནི་ཁུས་ཀྱང་ཤེས་ཐུབ། །

2 གསེར་རྟའི་སྤྱང་གི་ཅིས་རམས་པ་དགོ་དཔལ་ན་རེ། དེའི་ལན་དུ། སྤྱིར་ཁོང་

པོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་རིག་པ་མཁས་པ་ཆེན་པོ་རེད། ཁོང་གི་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་ཡིག་ཆ་དེ་ཆོར་ལེགས་ཆ་མང་པོ་
ཡོད་དེས་ཆ་ནས་གྲས་འདུད་ཡོད། འོན་ཀྱང་ཁོར་བ་གཏན་མེད་མ་རེད། བྱུང་པར་དུ་ཁ་རྩར་
ཁོང་གིས་གྲིས་པའི་ཉོག་གཏམ་དེས་རང་ཉིད་ཀྱི་ནང་ཆ་སྒྱུར་བསྟན་པ་ཅམ་མོ། ཞེས་པར།

༡ དེ་ལ་ཁོ་ཚོས་ལན་དུ། འདིར་དེས་ཆ་ནས་ཞེས་པ་ཡིག་ཁོར་རེད། པོད་སྐད་
ཡང་དག་ལ་དེའི་ཆ་ནས་ཞེས་འབྲི་དགོས། ཁོ་བོས་མི་ཆོ་གཅིག་ལ་པོད་ཀྱི་ལོ་
རྒྱུས་ཞིབ་འཇུག་བྱས་ཤིང་། སློབ་བྲིད་བྱས་པའི་མཐར་འབྲས་སུ། གནའ་བོའི་
ཆོས་ལུགས་གྲུབ་མཐའི་ཆགས་སྒྲུབ་གིས་པོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་རྩོད་རྟོག་གི་དྲ་བའི་ནང་
དུ་བཅུག་པ་དེ་དག་གང་འཆམས་ཞིག་བདེན་དོན་སྤྱི་གསལ་ནང་གསལ་བྱས་པ་
ལས། གསར་གཏོད་ཀྱི་ལེགས་ཆ་གང་ཡང་མེད་ཀྱང་བསྟོད་བསྐྱེད་གནང་བ་ལ་
ཐུགས་རྗེ་ཆེ་ལྟ། འོན་ཀྱང་ལོ་རྒྱུས་ལ་ལེགས་ཆ་ཡོད་པ་དང་། སྒྲིན་གཏན་ནས་
མེད་པ་མ་ཡིན་པ་ཞེས་ཏམ་ཆད་ཆེན་པོས་གདིང་འཛིག་གནང་བ་འདི་ནི། དད་
ལུན་པོད་མི་རྣམས་ཀྱི་མིག་ལམ་དུ། གཟུན་ཤམ་ཞིག་གྱོན་པ་ཅམ་གྱིས་ཐམས་
ཅད་མཁྱེན་པ་ཡིན་པའི་སྒྲོལ་ཁེམས་དེ། ར་ཆོ་རྟོག་གི་པའི་སློ་ལ་མེད་སྟབས།
བྱིད་ལྟ་དུ་ལོ་རྒྱུས་རིག་པའི་སློབ་གྲུའི་སློ་ཐོན་ཅམ་ཡང་བཀལ་མ་སྟུང་བ་ཞིག་
གིས་བསྟོད་སྟེད་གང་བྱས་ཀྱང་དགའ་སྟུག་གི་ཆོར་བ་ཉིལ་འབྲུ་ཅམ་ཡང་སྒྲིག་
ལ་སྤྱིད། ཁོང་ཆ་སྒྱུར་བསྟན་པ་གསུངས་པ་ཡང་དེད་གཉིས་གོ་སྟོག་ནས་གོ་བ་
ལེན་དགོས་པ་ཞིག་སྟེ། ཀྱང་གོའི་རྒྱལ་ཡོངས་ལ་སྐད་གྲགས་ཆེ་བའི་གསེར་རྩ་
སླ་རུང་ལྟ་རིགས་ནང་བསྟན་སློབ་སྤྱིད་ནང་དུ། མི་མང་བ་ཅམ་ལས་ཆེས་ཤེས་
མཁན་མེད་པའི་ནང་ཆ་དངོས་སུ་བསྟན་འདུག ། ༡༩༩༩ །

3 གསེར་རྩའི་སླ་རུང་གི་ཆེས་རམས་པ་དགོ་དཔལ་ན་རེ། དེ་ཡང་གོང་དུ་དན་པ་
དགྲུ་འཛོམ་པོད་ཀྱི་ཆེས་ལུགས་མ་ཡིན་པའི་རྒྱུ་མཚན། ཁོ་རང་གིས་པོད་ཀྱི་ཡིག་རྟིང་ལས་མ་
མཐོང་བར་བཤད། དེ་ནི་ཁོང་རང་གིས་མ་མཐོང་བར་ཟད་ཀྱི་ཤིན་ཏུ་གྲགས་ཆེན་གྱི་ཆེས་ཡིག་
བཅན་པོ་བློ་སྤྲོད་ལྟེ་བཅན་གྱི་སྐད་དུ་ནས་ཡོད་པའི་ཆེས་ཡིག་ཕྱིས་སུ། ཕྱི་ལོ་ ༡༩༩༠ ལུགས་

འབྲུག་མོར་འབྲུངས་པའི་ཨོ་ཁྱུན་སངས་རྒྱལ་གླིང་པས་གཏེར་བྱོན་དགོང་འདུས་སྐར་མཛོད་ལས།
 དཔྱིད་ར་ཉལ་ལྷའི་ཆོས་བདུན་ཉིན་གཟའ་ཉི་མ་ནག་པོ་དང་། ཞེས་དང་། ཞེས་པར།
 ༡ དེ་ལ་ཁོ་མོས་ལན་ཏུ། བྱི་སྒྲོང་སྡེ་ཁུ་བཅན་སྐབས་སུ་རྒྱ་རྩིས་ཐོད་ཏུ་འབྱུར་བ་
 ཡོངས་གྲགས་ཀྱི་བཤད་སྟོལ་ཡོད་པ་མ་མཁྱེན་ནམ། ཞིབ་པར་མཁྱེན་འདོད་ན་
 རྩེ་སྤྱིད་སངས་རྒྱལ་རྒྱ་མཆོས་མཛོད་པའི་བེ་དཀར་དང་། དཔོན་པོ་ཀམ་ངེས་
 ལེགས་ཀྱིས་མཛོད་པའི་ཉེར་མཁོ་བུམ་བཟང་སོགས་ལ་གཟིགས་པར་ཞུ། རྒྱ་རྩིས་
 འབྲུལ་པ་ཅན་ཐོད་ཏུ་བྱུང་ཚུལ་སྟོར། དཔོན་པོ་ཀམ་ངེས་ལེགས་ཀྱིས་མཛོད་པའི་
 རྩིས་གཞུང་ཉེར་མཁོ་བུམ་བཟང་དཔལ་སྤངས་ཤིང་སྤྲོ་མའི་ཤོག་ངོས་ལས་པར།

དོན་ཏུ་ཐོད་ཏུ་མེས་ཨོག་ཆོམ། །
 ཡན་ལ་འབྲུལ་པ་མེད་མོད་ཀྱང་། །
 དེ་སྒྲས་ལ་བསུས་རྒྱ་མོ་བཟས། །
 སྒྲས་གྲོངས་མེས་དང་འདུས་པ་ལས། །
 སྒྲས་པོ་འབྲུངས་པ་ཆོ་སྤྱོད་བཟས། །
 འཕྲོག་པའི་ཡི་ཐུག་ལ་བརྟེན་ནས། །
 ས་དབྱུད་ཉམས་བཅུག་རྩིས་ཀྱི་གཞི། །
 ཡོ་སར་ལྷ་བ་གང་ཡིན་པ། །
 ང་ལ་མ་འདྲི་རྒྱལ་ལ་དྲིས། །
 ཞེས་པའི་མདོ་སྡེ་ཀོལ་བྱ་རྒྱུང་། །
 བཅུ་མས་ནས་ཐམས་ཅད་འབྲུགས་བཅུག་པས། །
 རྩིས་སུ་བུས་མ་ངོ་ཤེས་ཏུས། །
 ལེགས་པར་བཅོས་ཀྱང་འཕྲོ་ལུས་པའི། །
 རྩིས་འབྲང་ཉོར་ལྷ་བཅུ་གཉིས་པ། །
 ཉལ་ལྷའི་འདོད་པ་འདི་བྱུང་ཞིང་། །

ཞེས་སོགས་བྲི་སྲོང་སྐབས་སུ་རྒྱ་ཅིས་བྱང་བ་མ་ཟད་རྩུན་བཅས་བྱས་པའི་རྒྱ་
 ཅིས་ཀྱང་བྱང་ཡོད་པ་རེད། བོད་ཅིས་ནང་དུ་གཟུང་ཉི་མ་ནག་པོ་ཟེར་བ་ཞིག་
 མ་མཐོང་ཡང་། བྱིས་གསུང་པ་དེ་ཕལ་ཆེར་ཉི་ནག་ཡིན་པ་འདྲ། དེ་
 ལྟར་ན། དབྱིད་ར་སྟག་ལྷའི་ཆོས་བདུན་ཉི་ནག་ཡིན་ཀྱང་དེ་ནི་རྒྱ་ནག་ནས་
 བསྐྱར་བའི་ཅིས་རིག་ཅིག་ཡིན་པ་བོད་ཀྱི་ཅིས་དཔེ་ཐམས་ཅད་ནང་གསལ་པོར་
 གསུངས་ཡོད་པ་རེད། བྱིད་ཀྱིས་བྱངས་སུ་བྱང་བའི་དགོངས་འདུས་སྐར་མཛོད་
 བོ། རྒྱལ་སྐྱོལ་རྒྱ་སངས་རྒྱས་སྤྱིར་པས་རྒྱ་གར་དང་། རྒྱ་ནག་དང་། བོན་
 ལུགས་ནམས་ཉ་ཉུག་དུ་བསྐྱེས་ནས་བསྐྱིགས་ཤིང་གཏེར་མ་ཡིན་པར་བརྩམས་ཏེ།
 བོད་ལྷ་བརྒྱ་གཉིས་པ་དབྱིད་ར་སྟག་ལྷ་འཛིན་པའི་དཔེ་ཆ་དེ། རུས་ཕྱིས་བོད་
 ཀྱི་ཡོངས་གྲགས་ལུགས་མཚུར་གཉིས་སུ་གྲགས་པ་གང་གིས་ཀྱང་དང་ལེན་མེད་
 པའི་ཅིས་དཔེ་ཞིག་རེད། །

4 གསེར་རྟའི་ལྷ་བྱང་གི་ཅིས་རམས་པ་དགེ་དཔལ་ན་རེ། ཕྱི་ལོ་ ༡༩༤༧ ལོ་
 ས་བདག་སྐབས་ཡོས་ལོར་བརྩམས་པའི་བརྩན་བཅས་བེ་དཀར་གྱི་འབྱུང་ཅིས་ཆོས་རྒྱུའི།

ཉི་མ་ནག་ཆེན་ཞེས་གྲགས་པ། །

ཡ་བདུད་དོ་རྩོམ་ཐོང་དང་། །

ས་སྤྱིན་འབར་མ་བྱ་བ་ལ། །

བུ་མི་རྩུ་ལ་ཞེས་དང་། །

བུ་མོ་འཕྲོག་སྤིང་རྒྱ་སྤྱིན་གདོང་། །

དེ་ལོག་སྟག་སྤིང་ཚོར་གདོང་དང་། །

དེ་ལོག་ཀོང་སྤིང་བ་ཡང་གདོང་། །

རྒྱུང་བ་བམ་སྤིང་བྱེད་གདོང་བཞི། །

དེ་ནས་རྒྱ་རྒྱུ་རི་རབ་ལ། |
 གཡས་བསྐོར་བཅ་སྤྱིང་གཡོན་བསྐོར་བས། |
 དཔྱིད་རའི་ཆོས་བདུན་མཚོལ་ཤོར་དུས། |
 འདི་ལ་ངན་པ་དག་འཛོམ་ཞེས། |
 འོག་རྒྱུ་སྤྱིང་དང་སྤྱིང་རྒྱུ་འོག |
 སྤྱིང་རྒྱུ་འབྲུག་ཅིང་འབྲུང་ལྷ་འབྲུག། |
 བཅོན་དུག་ལྷ་བུའི་ཉི་འཆར་ཞེས། |

ཞེས་ངན་པ་དག་འཛོམ་ནི་ཉི་མག་གིས་འབྲས་བུར་གསལ་བར་གསུངས་པ་དང་། ཞེས་པར།
 རྒྱ་རྒྱུ་རི་རབ་ལ། དེར་དུས་ལྷགས་ཀྱི་བསྐྱེད་བཅས་ཚུལ་པ་པོ་ངོས་འཛིན་
 ལྟར་ན། བེ་དཀར་ནི་སྤྱིང་གིས་སྤྱིང་གས་བསྐྱེད་བསྐྱེད་བསྐྱེད་པ་ཞིག་རེད་མ་གཏོགས།
 གསར་ཚུལ་བསྐྱེད་པ་ཞིག་མ་ཡིན་པ་སྤྱིང་གྲང་ཤེས་སྤྱིང་། འདིའི་ནང་དུ་མང་ཆེ་བ་
 ནི་གནའ་བོའི་བོན་ལྷགས་ཀྱི་འབྲུང་ཅིས་ཡིན་པ་ད་ལྷ་པོ་རྒྱ་ལའི་དཔེ་མཛོད་དུ་
 བཞགས་པའི་སྤྱིང་སངས་རྒྱུ་རྒྱ་མཚོས་བསྐྱེད་བཅས་བེ་དཀར་ཚུལ་བསྐྱེད་
 རྒྱུ་པའི་སྤྱིང་སྤྱིང་ཡིག་ཡིན་པར་གྲགས་པ་འདི་དག་ལ་གཟིགས་དང་།
 དེ་དག་ལལ་ཆེར་བོན་གྱི་ཡིག་ཆ་བསྐྱེད་བཅས་གང་ཡང་མ་བྱས་པ་ད་ལྷ་པོ་ཡང་
 བཞགས་ཡོད་པ་འདི་དག་ཡིན་ཞིང་། བེ་དཀར་ནང་དུ་གཙོ་བོ་བོན་གྱི་འབྲུང་
 ཅིས་དང་། དུས་འཁོར་སྤྱིང་ཅིས། རྒྱ་ཅིས་རྒྱུང་མ་རྒྱུས་སྤྱིང་བསྐྱེད་
 མཛོད་པ་ཡོངས་གསལ་རེད། འོན་ཀྱང་རྒྱ་ཅིས་རྒྱུང་མ་འདི་དག་ཁྱེད་སྤྱིང་
 མ་ཡིན་པའི་ཚུལ་འཇམ་མགོན་ཀོང་སྤྱིང་ཡོན་ཏན་རྒྱ་མཚོས་ཤེས་བྱ་ཀྱན་ཁྱེད་མི་
 རིགས་དཔེ་རྒྱུ་ཁང་གི་པར་མའི་ཤོག་ངོས་པར། བོད་འདིར་ཐོག་མར་ཀོང་
 རྒྱ་ཅིས་རྒྱུ་རྒྱུ་གི་ཅིས་གཞུང་བསྐྱེད་སྤྱིང་སྤྱིང་སྤྱིང་པ་ཁམས་
 པ་ཁྱེད་དང་། པ་རྒྱུ་ཏ་རྒྱུ་བ་ནག་པོ། ཁྱེད་ནག་པོ་དུ་དུ་རྒྱུ་སྤྱིང་གིས་

གསལ་སྒྲོན་གྱིས་མཚོན་པའི་གཞུང་མང་པོ་བསྐྱར་བཤད་མཛད། རྒྱ་འབྲུར་
 རྒྱལ་སྐོར་རྒྱ་མཐོང་གི་མཐོང་བསྐྱར་བ་དང་། འགའ་ཞིག་བོད་བསོད་ནམས་
 དམན་ཞིང་། རྒྱ་ནག་གི་མི་ཞིག་ནག་པས་གནད་གསང་གི་སྐོར་མགོ་རྒྱལ་སྐྱེས་
 པ། མིན་པ་ལ་ཡིན་པར་བརྒྱུད། རང་བཟོའི་རིགས་པ་གསེར་རུ་རྒྱུ་མས། རྟིང་
 པོའི་འབྲས་བུས་རྟིངས་པའི་བཤད་ཡམས་ལོ་མ་མང་པོས་ཤིན་ཏུ་བསྐྱད་ཆེ་བར་
 རྒྱ་ནག་དངོས་དང་མཐུན་པའི་གཞུང་མ་མཆིས། ཞེས་རྒྱ་ཅིས་རྟིང་མའི་ནང་རུ་
 ཅིས་རྒྱ་ཡོད་པ་ཀོང་སྤུལ་ཡོན་ཏན་རྒྱ་མཚོས་ཀྱང་གསལ་པོར་གསུངས་འདུག །
 དེ་ལས་ཤོད་རུ་ཉིད་གྱིས་དྲངས་པའི་བེ་དཀར་གྱི་ལུང་འདི་ནི་གནའ་རུས་རྒྱ་
 ཅིས་བོད་རུ་བསྐྱར་བའི་ས་བདག་ཤོག་ཁྲའི་ལེའུ་ཡིན་ཏེ། ས་བདག་ཁ་ཤས་གྱི་
 མིང་རྒྱ་སྐད་རང་སོར་འཛོག་ཡོད་པ་དཔེར་ན། ལང་གི་དང་། སི་ལིང་ལྷ་
 རྒྱལ་སོ། །དེའང་ཁྱོད་རང་གིས་ལུང་དྲངས་པའི་ལེ་ཚན་དེའི་ཤོག་ངོས་༢༠༥ལ་
 གཟིགས་དང་།

རྒྱ་ནག་སྐད་རུ་འབྲུག་རྩི་ཟེར། །བོད་རུ་ནང་ལྷ་ཞེས་པ་ནི། །
 ཞེས་དང་། ཡང་། ཤོག་ངོས་༡༧པའི་ངོས་སུ།
 ཡང་ནི་གནམ་ཁྱི་ནག་པོ་འདིར། །རྒྱ་ཅིས་གསར་རྟིང་རྒྱལ་པ་གཉིས། །
 རྟིང་མ་རྒྱ་བ་གང་ཤར་འདུག །མདུན་བྱར་ཁ་རུ་མགོ་བོ་ཡང་། །
 གསར་མ་དེ་ལས་ལྷོག་པ་སྟེ། །
 ཅེས་སོགས་རྒྱ་སྐད་ནས་བོད་ཡིག་རུ་བསྐྱར་བའི་སྐོར་གསལ་པོར་གསུངས་
 ཡོད་པ་རེད། དེས་ན་ཁོ་པོས་ཀྱང་ཉི་མ་ནག་པོ་དང་། ངན་པ་དགུ་འཛོམས་
 ཟེར་བ་དེ་རྒྱལ་སྐྱེས་རྒྱ་ནག་ལུགས་ཡིན་པ་སྤྱད་བྱེད་བྱེད་གྱིས་དྲངས་པའི་ལུང་འདི་
 དག་ཡིན་ནོ། །ཐུགས་རྩི་ཆེ། ཐུགས་བསམ་བཞེས་ཞིང་བཀའ་ཚུལ་གནང་ན་
 ལེགས་སོ། །

5 གསེར་རྟའི་སྤྱུང་རུང་གི་ཅིས་རམས་པ་དགོ་དཔལ་ན་རེ། གཞན་ཡང་། ཉིན་སྤང་བུ་
 ཡིག་དང་། ཅིས་མགོ་བརྒྱུ་པའི་ས་བདག་ཤོག་ཁྲ་དང་། ས་སྐྱའི་ཅིས་མཛོད་ཤོག་ཁྲ་དང་།

ཆག་མེད་ཁ་ལེབ་མོགས་སུ་དཔྱིད་རའི་ཆེས་བདུན་ལ་ཉི་མ་ནག་ཆེན་རྒྱ་བར་གསུངས་ཡོད་པས་
 ཁྱོད་ཀྱིས་ཡོངས་གྲགས་ཀྱི་ཆེས་ལྷ་མོའི་ཅིས་གཞུང་དེ་དག་ཀྱང་མ་མཐོང་བར་བད་དོ། ཞེས་པར།
 ༥ དེ་ལ་ཁོ་བོས་ལན་ཅུ། འདི་དག་རྒྱ་ནག་གི་ལྷགས་རྟིང་ཡིན་པ་དང་། དེ་
 དག་བོད་སྐད་བསྐྱར་བའི་སྐོར་གོང་གི་ལན་བཞི་པའི་སྐབས་སུ་བཤད་བྱིན་པས་
 དེས་མ་འཇུག་པ་མི་འདུག །

6 གསེར་རྟའི་སྤྲ་ཅུང་གི་ཅིས་རམས་པ་དགོ་དཔལ་ན་རེ། གཞན་ཡང་རྒྱ་ནག་ཞིང་
 ཅིས་ལྷགས་ལ་ས་བདག་དེ་ལྟ་བུ་ཞིག་ཡོད་ན་ཁྱེད་སྟོན་དགོས་སོ། ཞེས་པར།

༧ དེ་ལ་ཁོ་བོས་ལན་ཅུ། རྒྱ་སྤྲ་དང་། རྒྱ་ལ་སྟོབ་ཀྱིས་གང་བའི་གསེར་རྟའི་སྤྲ་ཅུང་
 བར་ཅུ། རྒྱ་ནག་ཞིང་ཅིས་རྟིང་པའི་ས་བདག་ཤོག་ཁྲ་ཡོད་པ་ཅམ་ཡང་མི་མཁྱེན་
 པ་ནི་ཏ་ཅང་ཡ་མཚན། འདི་དག་སྤྲ་མོ་ཉིད་ནས་ཚོངས་དད་ཀྱི་ཁོངས་སུ་འཁོར་
 ཟེན་སྟབས། རྒྱ་ནག་ཡོངས་ཁྲབ་ཀྱི་དཔེ་ཁང་ནང་ཏུ་བཅོང་རྒྱ་མེད་ན་འང་། རྒྱ་
 ནག་གོང་གི་སྤང་ལམ་ཁག་ཏུ་དངོས་འགྲེམས་མ་ཡིན་པའི་དཔེ་ཆའི་ཆོང་ར་དག་
 ར་གས་གལ་རྟེན་སྟབས་པ་མ་བད། ས་བདག་ཤོག་ཁྲའི་དཔེ་རིས་འགའ་ཞིག་པེ་
 ཏུ་བྱ་རྒྱ་ལས་ཀྱང་བཅའ་སྟབས། དཔེར་ན། གཤམ་ཀྱི་པར་རིས་ལ་གཟིགས།



土地爷是古代汉族传说中掌管一方土地的神仙，住在地下，是神仙中级别最低的。俗话说“别拿土地爷不当神仙”。在汉族民间土地神

的形象千姿百态，性格各异。作为地方保护神，流行于全国各地，旧时凡有人群居住的地方就有祀奉土地神的现象存在。

དེ་ཙམ་དུ་མ་ཟད་བྱུང་རང་གི་ཡུང་དྲུངས་པའི་མ་དཔེ་བེ་དཀར་ཤོག་ངོས་༢༥༩
པའི་ངོས་སུ། རྒྱ་རྒྱུ་གཤམ་ཅེ་བཙེ་ལུ་བོད་ཡིག་དུ་བསྐྱར་བའི་དཀར་ཆག་ནང་དུ་
ས་བདག་ཤོག་ཁྲ་ཡོད་པར།

ལུ་པ་ཁྲ་མོ་སྤྱོད་སྤྱོད་ནི། །

འབྲུལ་གྱི་མེ་ལོང་སྤྱི་ཤོག་ཁྲ། །

མ་བུ་དང་ནི་བཙེ་ལུ་བསྐྱར།

ཞེས་གསུངས་པ་ལ་གཟིགས་རོགས། སྤང་རྒྱུ་དང་། ས་བདག་ཤོག་ཁྲ་
རྒྱལ་བོད་ཡིག་དུ་བསྐྱར་རྒྱུ་རི་མོ་པལ་ཆེར་བོད་ལྷགས་དང་བོད་ཆས་སུ་
བསྐྱར་བའི་བྱུང་ཙམ་ལས། རྒྱལ་བཤད་པལ་ཆེར་གཅིག་མཐུན་ཡིན་འདུག །

འོན་ཀྱང་གསལ་བཤད་དགོས་པ་ཞིག་ལ། འབྲུལ་རྒྱུ་གྱི་གཞུང་དངོས་དང་།
གཏོ་མདོས་སོགས་གྱི་སྤྱོད་གནའ་བོའི་བོན་ལྷགས་ཡིན་པ་ལས། རྒྱ་ནག་ནས་
བསྐྱར་བ་ཡིན་པའི་བཤད་ཚུལ་དེ་ནི་ཁྱབ་མཐའི་ཆགས་སྤང་གིས་བོན་ལྷགས་རྒྱ་
ལྷགས་ཡིན་པར་བསྒྲགས་པ་ཙམ་ལས། རྒྱ་ནག་ལུ་དེ་དག་དང་འབྲེལ་བའི་
མ་ཡིག་ཙེ་བ་ནས་རྟོག་རྒྱ་མི་འདུག །

7 གསེར་རྟའི་སྤང་གི་རྒྱུ་རམས་པ་དག་དཔལ་ན་རེ། གལ་ཏེ་བྱུང་གྱི་མོ་མོའི་
ནང་དུ་འདི་རིགས་མི་བཞོད་ན་ས་བདག་ཤོག་ཁྲའི་ལེའུར་བཤད་པའི་སྤང་བརྒྱུད་དང་དོ་རྩེ་གཙུག་
ལག་དང་། འབྲུལ་རྒྱུ་དང་ས་བདག་འབྲུག་བཙེ་ས་སོགས་གཏོ་འབྲུམ་ལས་སྤང་བའི་ས་བདག་
གནས་པ་དོན་གཉིས་དང་འཕོ་བ་རྩེ་སྤྱོད་བརྒྱུད་ས་འོག་རིམ་དཀྱའི་ས་བདག་འཕོག་གུ་ཞེ་ལུ་
མོ་འཕོར་དང་སྤྱོད་འཕོར་མོ་སྤྱོད་ནག་མོ་དག་སྤྱོད་དང་སེལ་མའི་ས་བདག་སོ་བཞི་དང་མོ་སྤྱོད་ཞག་
དུས་གྱི་ཆེས་རྒྱ་ས་བདག་སྤང་སྤྱོད་སྤྱོད་སྤྱོད་སྤྱོད་སོགས་ཀྱང་འགོད་མི་དགོས་པར་ཐལ་
ཏེ་རྒྱ་མཚན་མཚུངས་པའི་ཕྱིར་རོ། དེ་ལྟར་བྱུང་གྱི་མོ་མོ་དེ་བོད་གྱི་མོ་མོ་རྒྱུ་དང་མི་མཐུན་པའི་

གསར་བཙོང་དང་ཁུངས་མེད་བོད་ཀྱི་རིག་གཞུང་བརྒྱུག་པའི་གཞི་མར་འགྱུར་རོ། །ཞེས་པར།
 ༡༽ དེ་ལ་ཁོ་བོས་ལན་དུ། འདི་ཁུངས་ལུང་མེད་པའི་ཉམ་བཤད་ལོང་ཤོར་དུ་སོང་
 བའི་གཏམ་སྟེ། དཔེར་ན། ཁྱོད་ཀྱིས་ཁྱི་ཤ་མ་བྲ། དེ་བོད་ཀྱི་བཟའ་བྱའི་བཟ་
 མ་ཡིན། ཞེས་སྒྲུས་པའི་ལན་དུ། འོ་ན། གཡག་ཤ་དང་། ལུག་ཤ་དང་། སག་
 ཤ་དང་། ར་དང་། ཚམ་པ་དང་། མར་ལ་སོགས་ཁྱོད་ཀྱིས་མི་བྲ་བར་ཐལ།
 ཁྱོད་ཀྱིས་ཁྱི་ཤ་མི་བྲ་བའི་ཕྱིར། ཞེས་བེར་བ་དང་ནམ་པ་ཀྱན་དུ་མཆུངས་སོ། །
 འདི་ལྟ་བུ་རིགས་ལོག་ནི་མི་སེར་བརྒྱས་བཅོས་གོམས་པའི་ཉམ་བཤད་དང་། གླུ་
 པར་ཚ་སྟོན་ཤོར་བའི་སྟོན་པ་མིན་པ་ལུས་སྟེ། དན་པ་དགུ་འཛོམས་ལོ་ཐོའི་ནང་
 དུ་མ་བཀོད་ན། ཅིས་འབྲས་གཞན་དག་བཀོད་མི་ཅུང་པའི་རྒྱ་མཚན་ཡང་དག་
 གང་ཡོད་ཞིབ་པར་སྒྲུས་ཤིག །གསར་བཙོང་བྱས་ཆོད་ཁུངས་མེད་ཡིན་ན། ཆོན་
 རིག་གི་གྲུབ་འབྲས་ཐམས་ཁུངས་མེད་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་དག་གསར་བཙོང་ཡིན་
 པའི་ཕྱིར། ཟེར་ན་ལན་དུ་ཅི་སྟེ། ཆོན་རིག་གསར་པའི་འབྲས་སུ་མི་འདོད་ན།
 འོ་ན་དན་པ་དགུ་འཛོམས་བེར་བ་དེ་སྒྲ་ཅུང་རིག་གནས་ཀྱི་རྒྱན་དུ་ལེགས་པར་
 ཉར་ཆགས་མཛོད་ཅིག།

8 གསེར་རྟའི་སྒྲ་ཅུང་གི་ཅིས་རམས་པ་དགོད་པལ་ན་རེ། བོད་རབ་རྒྱན་གིང་རྟ་
 ལོའི་རྒྱ་བ་བཅུ་གཅིག་པའི་ཆོས་བརྟན་ཉིན་གསེར་ཐང་སྒྲ་རུང་ནང་བརྟན་སྟོབ་གླིང་དུ་ཅིས་རིག་
 སྟེ་བ་དགོད་པལ་གྱིས་སོ། །ཞེས་པར།

༡ དེ་ལ་ཁོ་བོས་ལན་དུ། གང་ཉིས་ཀྱིས་བོད་ཀྱི་ཅིས་གཞུང་དང་ཅིས་རིག་ལོ་རྒྱས་
 ལ་རྒྱས་མངའ་ཆེར་མེད་པའི་གསུང་ཚུལ་འདི་དག་ལ་བརྟག་ན། སྒྲ་ཅུང་ལྟ་རིག་
 ནང་བརྟན་སྟོབ་གླིང་དུ་ཅིས་རིག་གི་སྟོར་ཐོག་མར་འཇུག་པའི་དགོད་པལ་གྱིས་
 སོ། །ཞེས་གསུང་ན་འཐད་ལྟན་དུ་མཐོང་ངོ་། །རྒྱ་བཅུ་གཅིག་པ་ཞེས་པ་ནི་རྒྱ་
 བ་ཞེས་པའི་བ་ཡིག་ཆད་ཡོད་པ་འདྲ། །

[[འདིར་གསལ་བཤད་བྱུང་མཆན་དུ།]]

བོད་ཀྱི་ཅིས་དང་རྒྱ་ཅིས་བར་གྱི་འབྲེལ་བ་མདོར་བསྟུས་གོ་བདེ་ཞིག་ལྟ་བར།

ཕྱི་ལོའི་སྤོན་གྱི་དུས་རབས་སྤུམ་ཅུ་པའི་དུས་ཙམ་ན་བོད་དུ་འབྱུང་ཅིས་དར་ཚུལ་
 བོད་ཀར་ལས་གསལ་བ་ལྟར་དང་། དེ་ནས་བོན་གྱི་སྤོན་པ་གཤེན་རབ་གྱི་སྤོན་
 རིས་སུ་བྱུང་བའི་འབྱུང་ཅིས་གྱི་སྒྲིབ་། ཚངས་པ་ལྟ་ཡི་ཡོ་བཙས་དང་། སྤྲིད་པ་
 ཡ་ལྟ་གདལ་དུག་གི་གཏོ་རབས། སྤྲིད་པ་རང་སངས་གྱི་སྟེག་། གཤམ་དུང་སྤྲིད་
 པའི་མེ་ལྟ་། མཁའ་སྟོང་གསང་བའི་མདོས་ཆེན་ལ་སོགས་པ་བོན་གྱི་ཡིག་ཆ་མང་
 པོ་ཞིག་ཡོད་པ་འདི་དག་གི་ཚུམ་པ་པོ་སྤོན་པ་གཤེན་རབ་མི་བོ་ཆེ་དང་། གཏོ་
 གཤེན་འབྲང་དཀར། ལྟ་བོན་ཐོད་དཀར། ལུ་ཆོ་ལྷེམ་དུག་སོགས་གྱི་མཆོན་བྱང་
 འཁོད་པའང་ཡོད་འདུག །བོན་གྱི་ཡིག་ཆ་འདི་དག་གི་ནང་དོན་གཙོ་བོར་འབྱུང་
 བ་སྤར་སྟེའི་ལོ་ཐོ་བཙུག་ནས་ལོ་ལྔ་ཞག་དུས་བརྟག་པ་མ་ཟད། རྣམ་མཁའི་རྒྱ་
 སྐར་དང་། བར་སྤང་གི་རྒྱུད་དང་རྒྱིན་པ། ས་གཞི་ན་བྱ་བྱིའུ་དང་། ཉི་མེག་སོགས་
 རང་བྱུང་ཁམས་གྱི་འགྱུར་བ་ལ་བརྟགས་ནས་དུས་ཚིགས་ངོས་འཛིན་དང་། ཆར་
 ཞོད། གངས་རྒྱུད། ཚིག་ཐན་སོགས་བརྟག་སྟོལ་བྱུང་ཡོད། དེ་ནས་བོད་རྒྱལ་
 མཐའ་མ་སྤང་དར་མའི་བར་གྱི་སྤུ་རྒྱལ་རིམ་བྱོན་གྱི་སྐབས་སུ་སྤར་གྱི་ཅིས་རིག་
 དེ་དག་བེད་སྟོད་བྱས་པ་གསལ་ཞིང་། ལྟག་པར་དུ་གནམ་རིག་དུས་རྟགས་སྒྲིབ་
 ལ་ཞང་ཞུང་རྒན་བོའི་ངག་ཅིས་ཞེས་པ་དང་། དེ་བཞིན་དུ་སྟོ་ཁ་གཡའ་བཟང་
 གི་སྟོགས་སུ་དར་བའི་རྒན་མོ་བལ་མའི་རྒྱ་ཅིས་ཞེས་པ་འདི་དག་ནི་བོད་རང་གི་
 ལུགས་སྟོལ་ཡང་དག་ཡིན་འདུག །

རྒྱ་ནག་གིས་ཅིས་བོད་དུ་འགྱུར་བ་ལ་སྤུ་འགྱུར་དང་སྤུ་འགྱུར་གཉིས་ཡོད་པ་
 ལས། ཚོས་རྒྱལ་མེས་དཔོན་རྣམས་གསུམ་གྱི་སྐབས་སུ་རྒྱ་ནག་ནས་འབྱུང་ཅིས་
 བསྐྱར་བའི་སྒྲིབ་མང་པོ་ཞིག་བཤད་ཡོད་པ་ཡོངས་གྲགས་ཡིན་ཀྱང་དེ་དག་གི་མ་
 ཡིག་ངོ་མ་ནི་ད་ལྟ་བུ་དཀར་སོགས་ཅིས་གཞུང་ཁག་ལས་རྒྱ་ཅིས་རྟོང་པ་ཞེས་
 པའི་ལུང་ཐར་ཐོར་ལས་དཔེ་ཆ་སྟེགས་བམ་ཡོད་པ་ནི་མ་མཐོང་། སྐབས་དེར་
 གང་ཞིག་བསྐྱར་ཡོད་པའི་དཀར་ཆག་ཙམ་ནི། བོད་རིག་པ་ཞིབ་འཇུག་དཔེ་
 རྒྱན་ཁང་གིས་པར་སྐྱོན་བྱས་པའི་བུ་དཀར་ལེའུ་ཉི་ཤུ་པའི་ཤོག་ངོས་ ༡༥༩ པའི་
 ངོས་སུ། རྒྱ་ཅིས་སྤུ་འགྱུར་གས་ཅེ་བཙོ་ལུ་བསྐྱར་བའི་དཀར་ཆག་བཞོད་འདུག་

པ་དེར་གཟུགས་པས་འབྲུག། མོངས་དང་དང་འབྲེལ་བའི་ཀྱ་ཆིས་སྒྲོར་འདི་
དག་བོད་ཀྱི་ལོ་ཐོ་ནང་དུ་བཀོད་སྟོང་མང་ཆེ་བ་དེ་དག་འཕྲན་པོ་བྲང་གི་རྩེས་སུ་
དུས་རབས་བཙོ་བརྒྱད་མཇུག་ཙམ་ན་མཐོང་རྒྱ་འདུག། ཀྱ་ཆིས་སྤྱ་འབྲུར་སྒྲོར་གྱི་
ཡན་གྲོང་དང་། ཉི་ནག་ལ་སོགས་པ་འདི་དག་ཆིས་རིག་ཡང་དག་མ་ཡིན་པ་
གོང་དུ་གོང་སྤུལ་གྱི་ཤེས་བྱ་ཀུན་བྲལ་གྱི་ཡུང་ལས་གསལ་བ་ལྟར་རོ། །

ཀྱ་ཆིས་སྤྱ་འབྲུར་ལ་སི་དུ་ཚོས་འབྲུང་གིས་སྤྱི་ལོ་ ༡༧༥༠ ལོ་ཡས་མས་ཙམ་ན་
བཟུར་བའི་གྲོ་ཁང་དང་། སྤང་ཆིས་སོགས་ཀྱི་ལྷགས་ཞིང་ཆིས་ཆེན་པ་ཁ་ཤས་
དང་། ཨ་མདོ་དཔའ་རིས་ལྷ་ཡང་དགོན་གྱི་ཆིས་རམས་པ་བཟོད་པ་རྒྱ་མཚོས་
ཆེན་ལུང་གི་ལོ་དགུ་པ་སྤྱི་ལོ་ ༡༧༩༩ ལོར་བཟུར་བའི་ཀྱ་ཆིས་སྤྱ་འབྲུར་ཞེས་པ་
འདི་དག་རེད། བོད་དུ་འབྲུར་བའི་ཀྱ་ཆིས་ཞེས་སྐད་གྲགས་ཆེ་བའི་ཉི་ཟླ་གཟུང་
འཛིན་བརྟག་ཐབས་དེ་ནི། འོན་དངོས་ཀྱི་ཆིས་མ་ཡིན་ཞིང་། རུབ་སྤྱགས་ཡོ་
རོབ་པའི་ཆིས་ལྷགས་འདི་རེད། དེ་ནི་ཀྱ་ནག་དུ་མིང་རྒྱལ་རབས་སྐབས་སུ་རུབ་
སྤྱགས་པའི་ཡོ་ཤུའི་ལྷགས་ཀྱི་སྐར་ཆིས་མདོར་བཟུས་ཀྱི་ནག་དུ་བཟུར་བ་དང་།
གོང་མ་ཁང་ཞིའི་རྒྱལ་པོའི་སྐབས་སུ་ལྷགས་དེ་དར་བྲལ་ཆེན་པོ་བྲང་པ་རེད།
དེ་ལ་ཀྱ་ནག་པ་རྣམས་ཀྱིས་རུབ་ལྷགས་ཆིས་གསར་དང་། ཇི་ཞན་ལ། ཞེས་
ཟེར་ཞིང་། བོད་སྐད་དུ་བཟུར་རྩེས་ཀྱི་ཆིས་ཆེན་མོ། འཇམ་དབྱངས་བའི་ཆེན་
རྒྱལ་པོས་མཛད་པའི་ཀྱ་ཆིས་བོད་སྐད་དུ་བཟུར་བ་སོགས་ཁ་བྲང་འགའ་ཞིག་
འདུག། འོན་དུ་བོད་ལྷལ་ལ་ཕན་རེས་པའི་ཀྱ་ནག་ནས་བཟུར་བའི་རུབ་ལྷགས་
ཆིས་རིག་རྣམས་ལས་ཀྱི་ཆིས་སྤྱ་འབྲུར་ཟེར་བ་འདི་ཡིན་ཞིང་། དེ་ནི་ཨ་མདོ་
དཔའ་རིས་ལྷ་ཡང་དགོན་གྱི་ཆིས་རམས་པ་བཟོད་པ་རྒྱ་མཚོས། ཀྱ་ནག་གི་ཆིས་
ཀྱི་སྟོབ་དཔོན་མཁས་པའི་ཞལ་རྒྱན་ལྟར་འོན་བཟུར་བྱས་པ་ཡིན་ཞེས་དེ་བའི་
མཇུག་བྱང་དུ་བྲིས་འདུག། འདི་ཉིད་བོད་ཡིག་དུ་བཟུར་བའི་སྐར་རྒྱས་པར་ཤེས་
འདོད་ན་ཁོ་བོའི་སྟོབ་མ་འབྲུམ་རམས་པ་སྤྱིང་མོ་རྒྱལ་གྱིས་མཐའ་ཕྱིན་དབྱང་

① ཀྱ་ཡིག་དུ། 时宪历。 སྤྱི་ལོ་ལོར་འཇམ་མན་གྱི་མཁས་པ་ཞིག་གིས་ཁྱིམ་ཡོང་བ་གྲགས་པའི་1644
རུབ་སྤྱིང་ཆིས་གསར་ཟེར་བ་དེ་རེད།

ཚོམ་བོད་ཀྱི་སྐར་ཅིས་རིག་པའི་ལོ་རྒྱུས་དང་གནས་བབས་ལ་དབྱད་པ་ཞེས་པ་
དེར་གཟིགས་ན་འཕྱུས། །

རྒྱ་གར་གྱི་རྩལ་འཁོར་བོད་ཡིག་ཏུ་བསྐྱར་བའི་སྐོར། ཁྱིམ་ ༡༠༩༧ པའི་མེ་ལོས་
ལོར་གྱི་རྩོ་ལྷ་བའི་འོད་ཟེར་གྱིས་དཔལ་རྩལ་གྱི་འཁོར་ལོའི་གཞུང་བོད་ཡིག་ཏུ་
ཐོག་མར་བསྐྱར་བ་དང་། དེ་རྗེས་ཅ་མི་སངས་རྒྱལ་གྲགས་གྱིས་རྩལ་འཁོར་ཅ་
མིའི་རྒྱུད་གསུམ་སོགས་བོད་ཡིག་ཏུ་བསྐྱར་རྒྱལ་ཡོངས་གྲགས་ཡིན་པས་འདིར་ངོ་
སློང་བྱ་བའི་དགོས་གཤམ་མ་མཐོང་། །

སྐར་སྐྱུས་པ།

བོད་ཀྱི་དམངས་སྲོལ་སྐར་ནག་ཅིས་ཀྱི་གཞུང་། །
གདམས་ངག་འབྱུང་ཁུངས་དཔལ་སྤངས་ཆོས་ཀྱི་སྒེ། །
བསྐྱབས་པའི་རྩལ་ནི་རིག་གནས་གསར་བརྗེའི་སྐབས། །
འཆད་པའི་དགོས་པ་དེར་གི་རྩལ་འདིར་མཐོང་། །

སྐྱལ་པའི་བསམ་པས་བོད་འབངས་གཉིད་ལས་སློང་། །
སྤང་བའི་ཐོག་སེར་གསེར་རྟའི་མཁའ་ནས་འཁྲིགས། །
དྲག་སྐྱགས་མེ་དཔུང་དབྱངས་སུ་གྱུར་བ་ཡི། །
སྤྱིང་རྗེའི་སྐྱགས་འཕྱོང་རྒྱལ་ཁམས་པ་དེས་འཕྱར། །

བསམ་པའི་སྐལ་སློང་གདོང་དམར་བོད་ཀྱི་ཆེད། །
སྐྱུས་པའི་ཆོག་སྒྱུར་འཇམ་རྩུབ་མ་ངེས་པས། །
འགལ་འབྲུགས་བྱུང་ན་བཟོད་གསོལ་སྒྲན་ཆོག་འདི། །
རང་རེ་རྒྱ་སེར་བྱད་པའི་གྲུས་དར་ཡིན། །

ཞེས་ཤར་དཔལ་སྤངས་པའི་གྲོང་འདབས་སུ་སྐྱེས་ཤིང་མི་ཆོ་གྱི་ནར་འབྱར་བའི་རྒྱལ་ཁམས་
པ་སྐུབ་བསྐྱན་སྐྱན་ཆོགས་དེས་རྒྱ་ནག་པེ་ཅིང་གྲོང་གི་ཀྱང་དབྱང་མི་རིགས་སློབ་གྲྭ་ཆེན་མོའི་
རང་ཤག་ནས་ཁྱིམ་ ༢༠༡༥ ལོའི་ལྷ་བ་དང་པོའི་ཆོས་ ༡༩ ཉིན་སྤྱིངས། །

གསལ་བཤད་དག་དཔལ་དབྱེས་པའི་སྤང་བ།

སྤྱི་སྤྱོད་འཛིག་རྟེན་གཟའ་སྐར་འབྱུང་བཞིའི་ཅིས། །
 བྱང་བཅུད་བྱག་རྩ་འཛོམས་བྱེད་གསོ་རིག་ཐབས། །
 གསང་བ་ཡང་གསང་རྫོགས་ཆེན་སྟན་རྒྱུད་གཞུང་། །
 གཅིག་བསྟུས་གདམས་པའི་མཛོད་འཛིན་གཤེན་རབ་རྩེ། །

ཞང་ཐོད་རིག་གནས་གངས་རིའི་དཔལ་རྩ་བརྩིད། །
 སྟན་ཅིས་ནམ་བཤད་ཐོད་ཀྱི་མཁས་པས་སྟེལ། །
 འབྱུང་ཅིས་ཉིན་ཞག་བཟང་ངན་ཚོད་པ་ལ། །
 ཞེ་མི་སྤྱོད་པའི་ཚོས་སྐད་ངལ་བའི་རྒྱ། །

སྟོགས་བརྒྱ་འདུས་པའི་སྤྱ་རུང་ཚོས་སྐར་ནས། །
 སྟགས་བརྒྱས་བསྐྱབས་པའི་ཨར་གཏད་ཅུས་མཐུ་རྟགས། །
 དཔུང་བརྒྱ་བསྐྱགས་པའི་དཔའ་སྐད་དབྱིངས་སུ་ཡལ། །
 ཞེ་བརྒྱ་འདུས་པའི་ལུང་རིགས་དེ་རིང་མཐོང་། །

ཚོད་གཞི་ངན་དགུ་ཉི་ཅག་ཡན་གྲོང་སོགས། །
 འབྱུང་ཁུངས་རྒྱ་ནས་ཡིན་མིན་མ་བཤད་པར། །
 འབྲེལ་མེད་ལོ་རྒྱས་ཡིག་སྟོན་ཚོད་སྤང་འདི། །
 བ་ལྷ་འཕོད་ཆོ་མ་ལྷ་མ་བྱིར་དང་མཚུངས། །

སྤྱི་རྩེ་ཁར་བྱིར་ཉམ་རྒྱུད་སྐྱབས་འོག་ཕུད། །
 རིས་མེད་དྲིལ་བསྐྱགས་རིས་གཅིག་རྒྱལ་མཆོན་འཕྱར། །

གཞན་ཕན་ཟེར་ཞིང་གཞན་སྤེལ་ལྟར་དགྲ་གས། །
སྤྲིགས་མའི་ཆོས་པས་སྤྲིང་པོ་སྤྲིང་དོན་བསྐྱོམས། །

ཆོས་བརྒྱད་རེ་བ་སྤྲིང་པའི་དབྱིངས་སུ་སྤྲེལ། །
མི་བསྐྱུན་འགྲོ་བ་མཆན་གྱི་བྱ་ལྟར་བསྐྱུང་། །
སྤེལ་བའང་ས་གང་དགོས་རེ་འདོད་བསྐྱུང་ཅུས་ན། །
རབ་བྱུང་རྩུར་སྤྲིག་འཆང་བ་དོན་དང་ལྡན། །

ད་ལན་གསེར་རྟ་སྤྲ་རྩུང་གི་མཁན་དག་དཔལ་ལགས་གྱིས་ཁོ་བོ་ལ་གནང་བའི་
གསལ་འདེབས་དེ་ནི་གཏམ་ཉིག་མང་དུ་གསུང་ནས་སྤེལ་གསུང་ཆ་ཆང་ལ་ལན་སྤེལ་
བའི་དགོས་གལ་མ་མཐོང་། དེ་ལས་གནད་ཡོད་འགའ་ཞིག་ལ་གསལ་བཤད་ཞུ་
བར། མཁན་ཆེན་ལགས་གྱི་གསུངས་རྣམས་ཡིག་གཟུགས་ཆེ་ཞིང་ཐ་དད་པ་
ཞིག་དང་། སྤྲན་གྱིས་སྤེལ་བའི་ལན་རྣམས་ཡིག་གཟུགས་ཆུང་ལ་ནག་པར་བྱས་
ཡོད་པ་ནི་ཁོང་ལ་གུས་ཞབས་མཆོད་བྱེད་ཡིན་ནོ། །

༡ གསལ་བཤད་དང་པོ། སྤྲད་ཕྱིན་སྐབས་ཐོབ་གྱི་བརྗོད་བྱ་དན་པ་དགྲ་
འདྲོམས་དང་། ཉི་ཅག །ཡན་ཀོང་སོགས་འབྱུང་ཁུངས་རྒྱ་བོད་གང་ནས་ཡིན་
པའི་དོན་དང་འབེལ་མེད། ཡིག་སྒྲིམ་དང་ཆོག་སྒྲིམ་སྐོར་ལ་ཚོད་པ་ནི་ནམ་ཡང་
རྫོགས་རྒྱ་མེད་སྐབས་འདི་ལྟ་བུ་ལ་ཚོད་ལན་སྤེལ་རྒྱ་མིན་པས་དེ་ལྟགས་སྤྲགས་
འཇགས་འཆོལ། གལ་སྤྲིད་ལྷུང་རིགས་གནམ་ལྷགས་འཁོར་ལོ་བསྐྱོར་མཁན་བྱུང་
ན། དེ་ལ་གང་ཅི་སྤྲུབ་གྱིས་བཀའ་ལན་སྤེལ་སྤྲུབ་རྒྱའི་འབད་བཙོན་བྱ་ཆོག །

༢ གསལ་བཤད་གཉིས་པ། གསེར་རྟའི་མཁན་དག་དཔལ་ལྱིས་ཁོ་བོ་ལ་
གནང་བའི་ལན་དང་པོ། རིགས་ལམ་དུ་བཀོད་པར། དག་ཚུར་དུ་བཀོད་ན། བློ་སྤྲོད་
སྤེལ་བཅན་གྱི་དུས་སུ་རྒྱ་ཅིས་བོད་འགྱུར་ཡོད་པ་ཅམ་གྱིས་སྤྲིང་ལ་ཅི་ཡང་མི་ཕན་པར་ཐལ།
ཉིད་གྱིས། དན་པ་དགྲ་འདྲོམས་ཞེས་པ་དེ་ཉག་ཉག་རྒྱ་ཅིས་བོད་འགྱུར་གྱི་ཡིག་ཆའི་ནང་དུ་རྟེན་
བྱུང་། དེ་ནི་སྤྲོ་ཤོས་དུས་རབས་བཅུ་བདུན་པ་དང་། བཙོན་བརྒྱུད་པའི་རྒྱ་ཅིས་བོད་འགྱུར་གྱི་རྒྱ་ཅིས་

ལྷགས་ནང་མཐོང་རྒྱུ་ཡོད་པ་ཞིག་རེད་ཅེས་སྒྲུབ་འདུག་པས་སོ། ། ཉུགས་ཁས། འདོད་ན། བྱི་
 སྲོང་ཕྱེའུ་བཅོན་སྐབས་སུ་རྒྱ་ཅིས་ཐོད་དུ་འགྱུར་བ་ཡོངས་གྲགས་ཀྱི་འཤད་སྟོལ་ཡོད་པ་མ་མཁུན་
 བཅ་ཞེས་པའི་དྲི་བ་དེ་དོན་མེད་དུ་བསལ་སོ། ། མ་གྲུབ་ཟེར་ན། ཉི་ནག་ཅེས་པ་དེ་ནི་རྩ་ཤོས་དུས་
 རབས་བཅུ་བདུན་པ་དང་། བཅོ་བརྒྱད་པའི་རྒྱ་ཅིས་ཐོད་འགྱུར་གྱི་རྒྱ་ཅིས་ལྷགས་ནང་མཐོང་རྒྱུ་ཡོད་
 པ་ཞིག་རེད་ཅེས་སྒྲུབ་པ་དེ་མི་འཐད་པར་བཤམ། བྱི་སྲོང་ཕྱེའུ་བཅོན་སྐབས་སུ་རྒྱ་ཅིས་ཐོད་དུ་
 འགྱུར་ཡོད་པ་དག་གི་ནང་དུ་མཐོང་རྒྱུ་ཡོད་དགོས་པ་གང་ཞིག ། བྱི་སྲོང་ཕྱེའུ་བཅོན་དུས་རབས་
 བརྒྱད་པའི་ནང་དུ་ཕྱོན་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། ། འཁོར་གསུམ་ལ་ལན་མེད་དོ། ། བེས་གསུངས།

ཏ་ཏ་ཏ། གོང་གསལ་གྱི་ཐོད་ཀྱི་བྱིས་པ་རྣམས་ཀྱི་ལབ་སྤྱོད་གི་ངག་སྒྱུར་ལྟ་བུའི་
 གཏམ་ཉེག་འདི་ཡིས་བདག་ལ་འཁོར་གསུམ་ལྟ་ཅི། ཆར་སྐད་ཅམ་གྱི་གནོད་
 པ་འང་བྱུང་མི་འདུག་གོ། བྱོད་རང་གིས་ང་ལ་ཟེར་འདོད་པའི་གཏམ་དེ། རྩབ་
 བཟུན་ཕུན་ཚོགས་ཀྱིས་ངན་པ་དགུ་འཛོམས་ཟེར་བ་དེ་དུས་རབས་བཅོ་བརྒྱད་
 པའི་རྒྱ་ཅིས་ཐོད་འགྱུར་མའི་ནང་མཐོང་རྒྱུ་ཡོད་འདུག་ཅེས་ཟེར་བ་དང་། བྱི་
 སྲོང་ཕྱེའུ་བཅོན་སྐབས་སུ་རྒྱ་ཅིས་ཐོད་འགྱུར་ཡོངས་གྲགས་ཀྱི་འཤད་སྟོལ་ཡོད་
 ཅེས་པ་རང་ཚིག་ནང་འགལ་སོང་འདུག ། ཟེར་བ་དེ་ཡིན་འདུག་ཀྱང་རྫོང་བྱེད་
 ཚིག་སྒྱུར་མ་དག་པས་གོ་དགའ་བ་ཅམ་ཞིག་རེད། བརྫོང་དོན་དེ་རིགས་ལམ་དུ་
 དངས་མ་ཤེས་ནས་གཏམ་ཉེག་བྱིས་པའི་སྐད་ཆ་འདྲ་པོ་འདི་བྱུང་བ་རེད། །

རིགས་ལམ་ཚུལ་མཐུན་ཞིག་འགོད་འདོད་ན་འདི་ལྟར་ཏེ། རྩབ་བཟུན་ཕུན་
 ཚོགས་ན་རེ། ཐོད་འགྱུར་གྱི་རྒྱ་ཅིས་ཡིན་ན་བྱི་སྲོང་སྐབས་སུ་བྱུང་བ་ཡོངས་
 གྲགས་ཡིན་པས་བྱིས་པའི་ཟེར་ན། འོ་ན་ངན་དགུ་དང་། ཉི་ནག་གཉིས་བཅི་སྟོལ་
 འདི་ཆོས་ཅན། བྱི་སྲོང་སྐབས་སུ་བྱུང་ཡོད་པར་བཤམ། ཐོད་འགྱུར་གྱི་རྒྱ་ཅིས་ཡིན་
 པའི་ཕྱིར། ཉུགས་བྱུང་ཁས། ཚ་བ་འདོད་ན། དེ་ཆོས་ཅན། བྱི་སྲོང་སྐབས་སུ་རྒྱ་
 ཅིས་མ་ཡིན་པར་བཤམ། དུས་རབས་བཅོ་བརྒྱད་པར་བྱུང་བའི་རྒྱ་ཅིས་ཡིན་པའི་
 ཕྱིར། མ་གྲུབ་ན། དེ་ཆོས་ཅན། དེར་བཤམ། ཉིད་ཀྱིས། ངན་པ་དགུ་འཛོམས་དེ་

རུས་རབས་བཅོ་བརྒྱད་པར་བྱང་བར་འདོད་པའི་ཕྱིར། ཞེས་བཀོད་འོས་སོ། །
 སྤྱིར་བོད་རྒྱ་ཡིངས་གྲགས་བཤད་སྟོལ་ལ་བྲི་སྟོང་སྐབས་སུ་རྒྱ་ཅིས་བོད་འགྱུར་
 ཡོད་པར་གྲགས། ཅིས་དང་། ང་ཚོའི་ལོ་ཐོ་ནང་རྒྱ་བོད་སྟོན་གཏོང་སྟོལ་དེ་
 རུས་རབས་བཅོ་བརྒྱད་པ་ཅམ་ལ་ཡོད་པར་མཐོང་། ཞེས་སྐབས་ཐོབ་ཀྱི་བརྗོད་
 བྱ་མི་འདྲ་བ་གཉིས་ལ་དབྱེ་བ་མེད་པ་ཉལ་ཉལ་སྒྲུབ་རིགས་ལམ་བསྐྱབ་མ་ཆུང་
 པའི་སྟོན་རྒྱ་མཐོང་། ཁྱོད་རང་ལ་སྤྱིངས་པའི་བཀལ་ལན་རྒྱ། བེ་དཀར་ལེའུ་
 ཉི་ཤུ་པའི་ཤོག་ངོས་༢༤༥པའི་ངོས་སུ། རྒྱ་ཅིས་སྤྱི་འགྱུར་གཤམ་ཅོ་བཅོ་ལྔ་བསྐྱར་
 བའི་དཀར་ཆག་བཀོད་འདུག་པ་དེར་གཟིགས་པས་འབྱས། མོངས་དད་དང་
 འབྲེལ་བའི་རྒྱ་ཅིས་སྟོར་འདི་དག་བོད་ཀྱི་ལོ་ཐོ་ནང་རྒྱ་བཀོད་སྟོལ་མང་ཆེ་བ་དེ་
 དགའ་ལྡན་ལོ་བྱང་གི་རྗེས་སུ་རུས་རབས་བཅོ་བརྒྱད་པའི་མཚུག་ཅམ་ན་མཐོང་
 རྒྱ་འདུག ཅིས་བཀོད་ཡོད་པས་ཀྱང་བསྐྱར་གཅིག་གཟིགས་པར་བྱ། མདོར་
 བཟུས་ན་རྒྱ་ཅིས་རྟིང་མ་རྣམས་བྲི་སྟོང་སྐབས་སུ་བོད་རྒྱ་བསྐྱར་བར་གྲགས་ཀྱང་།
 ངོན་རྒྱ་ལོ་ཐོ་ནང་རྒྱ་མང་ཤོས་དགའ་ལྡན་ལོ་བྱང་རྗེས་སུ་མཐོང་རྒྱ་
 ཡོད་འདུག་ཅིས་གསལ་པོར་བཀོད་ཡོད། །

གང་ཉིད་རིགས་ལམ་གྱི་སྟོན་ཁོ་བོ་དང་ཚྭ་པ་འདོད་ན། ཐོག་མར་སེར་
 འབྲས་ལ་སོགས་རི་བོ་དགེ་ལྡན་པའི་གདན་ས་ཞིག་རྒྱ་མེགས་ནས་ལོ་ཤས་ཤིག་རྒྱ་
 རིགས་ལམ་ལ་སྟོབ་གཉེར་གནང་སྟེ་ཕྱིར་མེགས་དང་། ཁོ་བོས་དར་དཀར་པོ་
 སྲིད་ན་རིང་བ་ཞིག་གིས་སྟེ་བྱངས་ཏེ་ཚྭ་པ་དང་ལེན་ཁྱེའོག །

༡ གསལ་བཤད་གསུམ་པ། མཁན་ཆེན་དགེ་དཔལ་གྱིས་ལན་གཉིས་པར།
 ཁོ་བོས་བྲིས་པའི་ ལོ་རྒྱུས་པར་རྒྱ་གཞི་ལྟུ་མིག་རྒྱ། བྲི་སྟོང་རྒྱ་བཟའི་སྐས་མིན་ཚུལ་བཤད་
 པ་དང་། ཅིས་གཞུང་ཉེར་བུམ་གྱི་ལུང་རྒྱ། རྒྱ་བཟའི་སྐས་འཕྲོག་པས་ཡིད་ཕམ་གྱིས་བོད་ཀྱི་
 ཅིས་འཕོ་འཚུག་བཅུག་པའི་སྟོར་བཤད་པ་གཉིས་ནང་འགལ་འདུག །གསུངས་པ་འང་འབྲེལ་
 མེད་ཀྱི་གཏམ་རྒྱ་ཟད་དེ། ང་དང་དཔོན་སྤྱལ་གཉིས་གང་ཟག་ཐ་ཅད་པ་ཡིན་
 པའི་ཕྱིར་ན་ནང་འགལ་མི་ལྟར་ཡོད། དཔོན་སྤྱལ་གྱིས་ཉེར་བུམ་ནང་རྒྱ་ཅིས་

རྟིང་མ་ཐོད་འགྱུར་ཡོད་པ་དེ། རྒྱ་བཟས་བྱས་པའི་རྒྱ་ཅིས་མ་དག་པ་ཡིན་ཚུལ་
བཤད་པའི་ཡིག་རྟིང་ལྷང་དྲངས་པ་ལ་ཁོ་བོའི་དེབ་དང་འབྲེལ་བ་གང་འདུག །
འདིའི་སྐོར་གསལ་བཤད་འདི་ཙམ་གྱིས་འཇུས་སོ། །

༤ གསལ་བཤད་བཞི་པ། བཤམ་དགེ་དཔལ་གྱིས་རྟོག་བཤད་དེའི་ལན་
མདོར་བསྟུས་ནས་བཀོད་པ། ཁོང་གིས་ཉི་ནག་རྒྱ་ཅིས་ཡིན་ན་འཇམ་མགོན་
ཀོང་སྤུལ་རིན་པོ་ཆེ་དང་། བཤམ་གྲུབ་ཀྱི་ཆགས་མེད། གནམ་ཆོས་མི་འགྱུར་
རྩོུ་མོགས་གྱིས་མཛད་པ་དང་སྟོགས་བསྐྱིགས་གནང་བའི་གཏོ་མདོས་གྱི་ཡིག་
ཆ་ཐམས་ཅད་རྒྱ་ནས་བྱང་དགོས་པའི་སྦྱོན་འཇུགས་པ་ནི་སྦྱོན་པའི་ལབ་རྩོུ་ཏེ།
ཉི་ནག་རྒྱ་ལྷགས་ཡིན་ན་འབྱུང་ཅིས་རྒྱ་ལྷགས་ཡིན་པས་བྲུབ་དགོས་ཟེར་མཁན་
སྤུ་འདུག །སྟོགས་བསམ་ལེགས་པོར་བཞེས་ནས་བཀའ་མོལ་གནང་བར་འཆོལ།
འབྱུང་ཅིས་གྱི་རིག་པ་འདི་ནི་ཐོད་ཀྱི་རིག་གནས་རྟིང་ཤོས་ཞིག་ཡིན་པ་དང་།
དེའི་རིག་གཞུང་བརྒྱ་ཆ་ཤོ་དགྲ་བོན་ལྷགས་ཡིན་པ་དང་། དེ་ལས་རྒྱ་མཆོའི་ནང་
དུ་རྒྱ་ཐིགས་ཙམ་ཞིག་སྤྱིར་འདེན་རིག་པ་སྟེ། དཔེར་ན། ངན་དགྲ། ཉི་ནག་ རྩོ་
ཁང་། སྤང་ཅིས་སོགས་རྒྱ་ནག་ནས་བྱང་བའི་ཅིས་འགའ་ཞིག་ཡོད་ཚུལ་བཤད་
པ་ཙམ་སོ། །འཇམ་མགོན་ཀོང་སྤུལ་རིན་པོ་ཆེ་དང་། བཤམ་གྲུབ་ཀྱི་ཆགས་
མེད་ནམ་གཉིས་ནི་བན་བོན་གཉིས་ཀ་ལ་མཁས་ཤིང་དད་པའི་གང་ཟག་ཡིན་
སྟབས། བོན་གྱི་གཏོ་ཆོག་ནམས་སྟོགས་བསྐྱིགས་དང་། ལེགས་བཅོས་གནང་
སྟེ་ནང་ཆོས་ལྷགས་སྤུ་སྤྱུག་ལེན་གནང་བའི་སྐོར་ཡིག་ཆ་མང་པོ་ཡོད་པར་མཁྱེན་
པར་མཛོད་ཅིག །གཞན་ཡང་སྐབས་འདིར་སོག་བསྐྱོག་པའི་ལྷང་སོགས་དྲངས་
ནས་ས་བདག་ཤོག་ཁྲའི་སྐོར་ལ་ཉ་ཉྱེས་མང་ཙམ་གསུངས་འདུག་པ་དེ་ལ་ལན་
གྱིས་ངལ་བ་མི་བྱ་སྟེ། ས་བདག་ཡིན་ན་རྒྱ་ནག་ནས་བྱང་བ་ཡིན་པས་བྲུབ་ཟེར་
མཁན་སྤུ་ཡང་མེད་པའི་སྤྱིར་རོ། །

༥ གསལ་བཤད་ལྔ་པ། བཤམ་ཆེན་དགེ་དཔལ་ལ་སྦྱིང་སྟོབས་བསྐྱུལ་བ།
དགེ་དཔལ་གྱིས། ཁ་བ་ཅན་པའི་ཅིས་གཞུང་ནོར་བུའི་གན་མཛོད་ལ་སྦྱོན་འཇུག་སྤྱིར་གཙོག་

བྱེད་རྒྱུ་དེ་ནི། བྱེད་དང་ད་ལྟ་བུའི་རིག་གཞུང་ཉི་མོ་བ་ཙམ་ཞིག་སློ་ཡི་བཅུད་དུ་བརྒྱུམས་པའི་གང་
ཟག་རེ་བྱུང་གི་ཐོབ་འོས་མིན་པས་བག་ཡོད་པར་བྱས་ན་ལེགས་པར་སེམས་སོ། །

ཞེས་པའི་ལན་དུ། མཁན་ཆེན་ལགས། མི་ལོ་བཞི་སྟོང་ཙམ་གྱི་སྡོན་དུ་རང་
རེའི་མེས་པོ་རྣམས་ཀྱི་སློ་ཡུལ་དུ་འདི་ལྟ་བུའི་ཆོན་རིག་ཤེས་བྱའི་མང་གཞི་ཞིག་
བྱུང་ཡོད་པ་ནི་ཉ་ཅང་སློབས་པ་འོས་པ་ཞིག་རེད། འོན་ཀྱང་དེར་དུས་ཆོན་རིག་
དབྱར་མཆོ་ལྟར་རྒྱས་པའི་སྐབས་འདིར། བོད་ཀྱི་སྐར་ཕྱིས་རིག་པ་ལ་སྤྱད་དགོས་
ན་སློབ་རྒྱུར་ལོ་རིམ་དུག་པ་ནས་ཐོན་པའི་སློབ་མའི་ཕྱིས་རིག་གི་ཡོན་ཆོད་ཀྱིས་
འདར་རེས་ཞིག་རེད། དེས་ན་ང་ཚོའི་སྐར་ཕྱིས་རིག་པ་འདི་དེར་རབས་གནམ་
རིག་སྐར་ཕྱིས་དང་བསྟུར་ན། གནམ་སའི་མཐོ་དམན་ལྟ་བུའི་ཉེ་བལ་སྤྱན་ཟེན་
སྐབས། བོད་ཀྱི་སྐར་ཕྱིས་ལ་ལེགས་བཅོས་དང་། ཁ་སྡོན་དགོས་པ་ནི་ཁ་ཆར་
དགོས་གཏུགས་ཀྱི་ལས་ཀ་ཞིག་རེད། བྱེད་རང་ལ་ཡར་རྒྱས་གཏོང་བའི་སློ་སློབས་
མེད་ནའང་། བོད་རིགས་གཞོན་ནུ་རྣམས་ཀྱི་སློ་གོས་ཀྱི་སློ་མོ་མི་འགོག་པའི་རེ་
བ་ཟ། སློལ་རྒྱན་རིག་གནས་ཀྱི་ལེགས་ཆ་རྒྱན་འཛིན་དང་། སྐར་མེད་ཡར་རྒྱས་
གཏོང་རྒྱ་ནི་དེར་རབས་གཞོན་ནུ་མཁས་པ་རྣམས་ཀྱིས་འོས་འགན་ཡིན་ནོ། །

༥ གསལ་བཤད་དུག་པ། མཁན་དག་དཔལ་གྱིས་ཁོ་བོས་བྲིས་པའི་ལོ་རྒྱུས་
《པརྱ་ར་གའི་ལྷེ་ལུ་མིག་》ལ་བཀའ་བཀྲོན་གནང་བ། དག་དཔལ་ན་རེ།
དེ་བས་ཉིད་ཀྱི་རང་ཚོ་ལ་རང་བདག་བརྒྱབ་སྟེ། བོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་སྤྱི་དོན་པརྱ་ར་གའི་ལྷེ་
མིག་ཏུ། རང་གི་མི་རིགས་དང་རིག་གཞུང་ལ་གནོད་ཆབ་ཉ་ཅང་ཆེ་བ་མ་མང་ན་མི་ཉུང་བའི་ཆོད་
དུ་སྤྱང་བ་དེ་རྣམས་སྟོན་འཕྲི་ཡང་དག་རེ་བྱེད་རྒྱུ་དེ་ནི། སྤྱི་ཉིད་རྒྱུད་པ་ལ་རག་ལས་ཡོད་པའི་འོས་
འགན་ཉག་གཅིག་ཡིན་པས། དངོས་ཡོད་བོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་ལ་དུང་བ་མཆོ་ལྟར་ཟབ་པའི་སྤྱན་སྒྲེ་
རྣམས་ལ་དགོངས་དག་ཅིག་གི་དོད་དུ་སྟོན་འཕྲི་གང་དག་རེ་བྱེད་པར་རེ་བ་ལན་བརྒྱར་ཁུལ། །

ཞེས་གསུངས།

ལོ་རྒྱུས་ནི་དོན་བཟང་ངན་གང་ཞིག་བྱུང་ཡོད་པ་དེ་དག་སློ་སྐྱར་དང་བྲལ་བ་

ཡི་གེ་འགོད་དགོས་པ་ལས། གྲུབ་མཐའི་ཚུགས་ཞེན་དང་ཆབ་སྲིད་ཀྱི་དགོས་
མཁོ་ལ་བརྟེན་ནས་འཕྲི་སྟོན་བྱས་ན་ལོ་རྒྱུས་དངོས་གཙུག་བའི་ཚ་དོན་དང་
འགལ་བ་ཞིག་རེད། འོན་ཀྱང་ཚོས་དང་ཆབ་སྲིད་ལ་ལྷག་བསམ་ཆད་ལས་བརྒལ་
བ་ཅན་རྣམས་ཀྱིས་ལོ་རྒྱུས་ལ་འཕྲི་སྟོན་དགོས་པའི་རེ་བ་བཏོན་པ་ནི་རྒྱན་མཐོང་
ཞིག་རེད། ཁོ་བོའི་ལོ་རྒྱུས་དེབ་ཐེར་《པརྒྱ་རྒྱ་གའི་ལྷུ་མིག་》འདི། ཚོས་
ལུགས་དང་ལྷ་སྐྱུང་གི་རྩོམ་བཤད་མེད་པ། བོད་ཀྱི་སྲིད་དོན་དང་རིག་གནས་
ལོ་རྒྱུས་གཙུག་བྱས་པའི་རྒྱལ་རབས་མ་ལག་ཆ་ཆང་བ། ལོ་རྒྱུས་ཁ་གསལ་ཞིང་
གོ་བདེ་བའི་རྒྱལ་རབས་ཡིག་ཆ་དང་ཡག་ཤོས་ཤིག་རེད་འདུག །ཅེས་རྒྱལ་ཁྱིམ་
གཉིས་སུ་བརྟེན་བསྐྱེད་བསྐྱེད་མཁན་མང་པོ་ཞིག་ཡོད་པ་རེད་ལ། སྤང་བ་བྱེད་
མཁན་ཡང་ཐོག་མ་སྤྱི་ཉིད་ཅམ་མ་ཡིན་པ། དེབ་འདི་པར་སྐྱོན་ཐོག་མར་བྱང་
སྐབས། བྱེད་དང་ལྷ་བ་གཅིག་པའི་ཀྱང་དབྱང་མི་རིགས་སློབ་གྲྭ་ཆེན་མོའི་དགེ་
ཆན་འདས་པོ་བཞེས་སོང་ཞིག་གིས་ཀྱང་གོང་རིམ་ལ་དེབ་འདི་ལ་ཆབ་སྲིད་ཀྱི་ལྷ་
བ་མ་དག་པ་དང་། བསྐྱལ་པ་ཆགས་ནས་བོད་རྒྱལ་ཁོངས་ཡིན་པའི་སྐབས་བྱེད་ཀྱི་
བདེན་དཔང་མ་འདང་པའི་སྟོན་ཡོད་སྲིད་པས་དོ་དམ་དགོས་པའི་རེ་ཁྲུས་ལྟར།
གོང་རིམ་ནས་ཀྱང་དབྱང་མི་རིགས་སློབ་གྲྭ་ཆེན་མོའི་རྒྱ་རིགས་དགེ་ཆན་ཆེན་མོ་
མཁས་དབང་ལེ་ཤིང་ཚོན་ལ་ཆེད་མངགས་ཀྱིས་ཁུ་དག་གནང་བཅུག་པ་རེད།
ཁོང་གིས་《བོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་པརྒྱ་རྒྱ་གའི་ལྷུ་མིག་》འདི་ནི་ལོ་རྒྱུས་དངོས་གཙུག་
བའི་ལྷ་བ་གཙུག་གནད་ཏུ་འཛིན་ཞིང་། བསྐྱལ་པ་ལ་ཐོག་ནས་ད་ལྟའི་བར་
བརྒྱད་རིམ་ལྡན་པའི་བོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་ཆ་ཆང་བ་ཐེངས་དང་པོ་ཞིག་ཡིན་ལ། དེབ་
འདིར་གནའ་བོའི་བན་བོན་གཉིས་ཀའི་ཡིག་ཆ་ལ་ཁྱུངས་གཏུགས་ཤིང་ལྷག་པར་
ཏུ་བོན་ཀྱི་ཡིག་ཆ་མང་པོ་དབྱད་གཞི་བྱས་ཡོད་པ་ཞིག་རེད། མ་འདང་ས་གཙུག་
བོར་རྒྱ་ཡིག་ཏུ་འགོད་པའི་དབྱད་གཞི་ཅུང་ཅུང་ཡང་། ལོ་རྒྱུས་དེབ་ཐེར་འདི་
དཔར་སྐྱོན་དང་འགྲེམ་སྤེལ་བྱ་ཆོག་པའི་ཆད་གཞི་སྤེབས་འདུག །ཅེས་བསྐྱེད་མས་
ཆོག་གནང་བའི་བཀའ་དྲིན་ལ་བརྟེན་ནས་འགྲེམ་སྤེལ་བྱ་ཆོག་པ་ཐག་ཆད་པ་མ་
ཟད་རྒྱལ་ཁབ་སྤུ་རིམ་པའི་སྤྱི་ཚོགས་ཚན་རིག་གི་བྱ་དགའ་ཡང་ཐོབ་པ་རེད།

བསམ་ཡུལ་ལས་འདས་པ་ཞིག་ནི། ལོ་ངོ་ཉི་ཤུ་འདས་པའི་རྗེས་སུ་སྤང་ཡང་
མཁན་ཆེན་དགོ་དཔལ་ལགས་ཀྱིས་ཆོས་ལུགས་ཀྱི་བ་མཐའི་ཁེ་ཕན་དེ་མི་རིགས་
གྱི་ཁེ་ཕན་ལས་མཐོ་བར་འཛིན་ཏེ། བོད་གསལ་གྱི་སྟོན་ཆ་འདི་དག་མཐོང་ཐུབ་
པ་ནི། སྤྱི་ཉིད་ཆབ་སྲིད་གྱི་གོ་རྟོགས་མཐོ་བ། མི་རིགས་མཐུན་སྦྲིལ་ལ་ལྷག་
བསམ་ཆེ་བའི་ཡོན་ཏན་དུ་མཐོང་བས་སྤིང་ཐག་པ་ནས་ཐུགས་རྗེ་ཆེ་ཞུ། འོན་
ཀྱང་བན་བོན་གྱི་བ་མཐའི་ཆགས་སྤང་གིས་མི་རིགས་གྱི་ཁེ་ཕན་སྟོས་བཏང་ནས་
ཆོས་ལུགས་གྱི་ཁེ་ཕན་སྤང་སྟོང་གྱི་ལྟ་བུ་ལ། ཁོ་བོས་ནམ་ཡང་འཐབ་ཚད་བྱ་ངེས་
ཡིན། སྤང་ནས་ཁོ་བོས་རྒྱ་ཡིག་གི་དབྱེད་གཞི་མང་པོ་བཟླ་སྟོག་བྱེད་ཅིང་མེས་
རྒྱལ་གཅིག་ལྟར་དང་། མི་རིགས་མཐུན་སྦྲིལ་ལ་ཕན་པའི་ལོ་རྒྱུས་གང་ཆེད་ཁ་
གསལ་བྱ་ནས་ཉིད་གྱི་ཐུགས་འདོད་བསྐྱང་ཐུབ་ངེས་བྱ་རྒྱུ་ཡིན་ནོ། །

༡) གསལ་བཤད་བདུན་པ། མཁན་ཆེན་དགོ་དཔལ་གྱིས་ཨོ་རྒྱན་སངས་རྒྱས་
སྤིང་པ་དང་། སྤུལ་སྤུ་ཨོ་རྒྱན་སྤིང་པ་ནམ་གཉིས་སྟོར་གྱི་འགྲེལ་བཤད་སྟོར་ལ།
མདོར་བསྟུས་པའི་ལན། མཁན་དགོ་དཔལ་གྱིས་ཨོ་རྒྱན་སངས་རྒྱས་སྤིང་པའི་
གཏེར་ཕྱོད་དགོངས་འདུས་སྐར་མཛོད་ལས། ཞེས་གསུངས་པ་དེར་ཁོ་བོས་ཕྱིར་
ལན་སུལ་སྐབས། གཟབ་ནན་མ་བྱས་པར་འབྲི་གུང་དཔལ་འཛིན་གྱི་གཏེར་
སྟོན་རྒྱན་མའི་གུངས་འདྲེན་གྱི་ལུང་དེ་དྲངས་ནོར་བྱས་ཏེ། ཨོ་རྒྱན་སངས་རྒྱས་
སྤིང་པའམ་རིན་ཆེན་སྤིང་པ་དང་། སྤུལ་སྤུ་ཨོ་རྒྱན་སྤིང་པ་གཉིས་ལུང་དྲངས་
ནོར་བྱས་འདུག་པས་དགོངས་དག་ཞུ། བོད་གི་གཏེར་སྟོན་རྒྱམ་གཉིས་གཏེར་སྟོན་
ཡང་དག་ཡིན་པའི་སྟོར་ལུང་རིགས་མང་པོ་ཞིག་གསུངས་འདུག་ཀྱང་དེ་ནི་གཙོ་
བོ་རང་རེའི་དག་སྤང་ལ་རག་ལས་པ་ཞིག་རེད། དག་སྤང་གི་ངོས་ནས་བཤད་
ན་གཏེར་དང་གཏེར་སྟོན་དེ་དག་དག་སྤང་ཅན་གྱི་ངོས་ནས་ཀྱང་དག་པ་ཡིན་པ་
ཁས་ལེན་ཆོག འོན་ཀྱང་ལོ་རྒྱུས་དངོས་གཙོ་སྤུ་བའི་ངོས་ནས་བཤད་ན། ད་
ལྟའི་ཡོངས་ཀྱགས་གྱི་བཤད་སྟོལ་ཡོད་པའི་གཏེར་དང་གཏེར་སྟོན་འདི་དག་ནི་
ཏ་ཅང་བཤད་དགའ་བ་ཞིག་རེད། སྤྱིར་གཏེར་དང་གཏེར་སྟོན་ཟེར་བ་དེ་ཐོག་
མར་བོན་གྱི་ལོ་རྒྱུས་ལས་བྱུང་བ་ཞིག་ཡིན་འདུག་ཏེ། བོད་རྒྱལ་གྱི་གུམ་བཙན་

པོས་བོད་བསྐྱབས་པའི་སྒོར། 《དབང་ཆེན་》ལས། གཤེན་པོ་རྣམས་ལྟོ་བལ་མོན་
གྱི་ཡུལ་དུ་བསྐྱབ་པ་གཞུགས་པར་དགོངས་ནས། གཙང་སྟོང་གྱི་བ་མཁར་ནས་
ཆས་ཏེ་གཤེགས་ལོ། །བསྐྱབ་པ་མི་ཚུགས་པའི་རྟགས་བྱང་སྟེ་ནམ་མཁའ་ལས་
སྐྱ་མི་སྟན་པ་དང་། ཁ་བ་བྱ་ཡུག་རྒྱང་དམར་ལ་སོགས་བྱང་ནས་ནིལ་མཆོ་དེའུ་
མགུལ་ནས་སྒར་ལོག་སྟེ། བོན་ཐམས་ཅད་གཏེར་དུ་སྤྲུལ་ཏེ་ས་རྟགས་མཆོན་དང་
ལྟན་པ་འབྲི་མཆོམས་མཐའ་དཀར་ལ་སྤྲུལ། དུན་པ་དང་། ཡོ་ལྷུས་ཡར་སྐྱང་རམ་
པོ་དཔལ་རི་ལ་སྤྲུལ། དམུ་ཅ་དང་། ར་སངས་ཁོད་རམ་གཉིས་ཀྱིས་བྱང་འབྲོག་
དུ་བྱོན་ཏེ་ཟང་ཟང་སྟོང་བྱག་དང་ར་རྒྱང་རྫོང་། རྒྱ་སྐྱབ་གསང་བའི་བྲག་ལ་སྤྲུལ།
ཞེས་དང་། གཡུང་རྒྱང་བོན་གྱི་བསྐྱབ་པ་གཉན་པར་གྱུར་ཅིག །བསྐྱབ་པ་གཏེར་
དུ་སྤྲུལ་པ་རྣམས་ཀྱང་མི་རྟོག་སྤང་ལ་བརྟོན་པ་ལྟར་དུས་ལ་བབ་ཅ་ན་ལས་དང་
སྐལ་པ་ལྟན་པའི་གཞོན་ནུ་དལ་འབྱོར་ཅན་ཁ་ཅིག་གིས་རྟེན་པར་གྱུར་ཅིག །
རྟེན་ནས་ཀྱང་བསྐྱབ་པ་ཚུགས་ཤིང་བཀྲ་ཤིས་པར་གྱུར་ཅིག །ཅིས་སོགས་གསལ་
བ་ལྟར་ན། གཏེར་དང་གཏེར་སྟོན་ཞེས་པ་ནི་དུས་འབྲུགས་ཀྱི་སྐབས་སུ་དངོས་
རྒྱས་རྣམས་རི་བྲག་སོགས་ལ་སྤྲུལ་ཤིང་། ཕྱིས་སུ་དུས་བདེའི་སྐབས་སུ་སྤྲུལ་ཡང་
ཕྱིར་བཏོན་པའི་ལོ་རྒྱུས་ཡིན་འདུག་པ། འདི་ནི་རིག་གནས་གསར་བརྟེན་སྐབས་
སུ་སྐྱབས་སུ་བྱས་ཏེ་ན་རྣམས་གནས་ངེས་མེད་དུ་སྤྲུལ་ཤིང་། ལུ་ཡངས་ཀྱི་སྤྱིད་
དུས་སྐབས་སུ་ཕྱིར་བཏོན་པ་དང་མཆོངས་པས། འདི་ལྟ་བུའི་གཏེར་དང་གཏེར་
སྟོན་ནི་ལོ་རྒྱུས་ཀྱང་དག་ཡིན་པ་ཚུད་མེད་དུ་གྱུབ་པོ། །

༡ གསལ་བཤད་བརྒྱུད་པ། མཁན་དགོ་དཔལ་གྱིས་ཁོ་བོས་དོ་སྤང་མ་བྱས་
པར་འབྲི་ནོར་ཤོར་བའི་ཡིག་སྟོན་བསྐྱམས་པས་བཅུ་བཞི་བཏོན་གནང་འདུག་པ་
ལ་རྟེན་ཐག་པ་ནས་སྤྲུགས་རྗེ་ཆེ་ཞུ། རྒྱ་ཡིག་དབྱེད་ཚོམ་གཅིག་གི་ནང་ཡིག་ནོར་
ལྟ་ཅམ་ཡོད་ནའང་དགོ་མན་རྣམས་ཀྱིས་གནས་ཚུལ་ཆོད་ཆོད་ཆེན་ཞིག་དུ་བསྐྱེས་
ཏེ་སྟོན་བརྗོད་གནང་ཅིང་ལེགས་བཅོས་མཛད་པ་སྟོན་མ་དགོས། འོན་ཀྱང་
བོད་ཡིག་ལ་དེང་སང་རང་གཞན་ཆོང་མས་ཡི་གེ་ཤོག་ངོས་གང་ཅམ་ལའང་ཡིག་
ནོར་བཅུ་སྟག་ཅམ་གྱིས་ཡོད་ཀྱང་། སུས་ཀྱང་དེ་ལ་དོ་སྤང་མེད་པ་རྒྱན་ལྟན་ལྟ་

བྱ་ཞིག་ཆགས་འགྲོ་ཞིང་འདུག་པ་འདི་ནི་དོན་དངོས་པོ་དེ་གི་སྐད་ཡིག་ཉམ་གུང་
འགྲོ་བའི་རྟགས་མཚན་ཆེ་ཤོས་ཤིག་ཡིན་སྟབས་རང་གཞན་ཆང་མས་ཡིག་ནོར་
དོ་སྤང་གནང་རྒྱུ་དེ་བ་སྟེང་ཐག་ནས་ཁྱུ་ འོན་ཀྱང་ཉིད་གིས་ཁོ་བོའི་ཡིག་ནོར་
བཅོས་སྐབས་བཅོས་ནོར་བྱས་པའང་འགའ་ཞིག་འདུག་པར།

༥ བཅོས་ནོར་དང་པོ། གདིང་དང་གདིང་ནི་ཡིག་རྟེན་ནང་དུ་གཉིས་ཀ་འབྲི་
སྟེལ་ཡོད་པ་མ་ཟད། ལྟ་བའི་གདིང་ཐོབ་པ། རྟེང་ཁོང་རུས་པའི་གདིང་ནས།
ཞེས་པ་གསོལ་འདེབས་དང་བྲིད་ཡིག་མང་པོའི་ནང་དུ་བྲིས་ཡོད་འདུག་པ་དེ་
རིགས་བཅོས་དགོས་མི་འདུག །

༥ བཅོས་ནོར་གཉིས་པ། བཞག་དང་འཛོག་ །ལས་ཆོག་གིས་གྲུབ་པའི་མིང་
རྒྱང་ཡིན་ན་ངེས་པར་དུ་“སོར་བཞག་”ཅེས་ཐོབ། འོན་ཀྱང་རང་སོར་འཛོག་
དང་། རང་སོར་བཞག་ཅེས་པ་རུས་ཁོ་ན་ཅམ་མ་ཡིན་པ། དངོས་པོ་བདག་
གཞན་གང་ཡིན་སྐབས་ཐོབ་གི་བཟོད་བྱ་དང་བསྐྱེད་དགོས་ཏེ། བྱ་ཆོག་ཡིན་ན་
རུས་གསུམ་ཁོ་ན་སྟོན་བྱེད་ཡིན་པས་མ་ཁྱབ་སྟེ། བྱ་བྱེད་ཐ་དད་པའི་ལས་ཆོག་
གང་ཞིག །དངོས་པོ་བདག་གཞན་གྱི་དབྱེ་བ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། དཔེར་ན། བཟ་
ཤེས་གིས་སྟོན་གྱི་སྟོབ་བྲིད་རང་སོར་འཛོག་ནས་སྐད་ཡིག་བསྐྱབས། ཞེས་པ་རུས་
འདས་པའི་ལས་ཆོག་ཡིན་ཡང་རང་སོར་འཛོག་མཁན་བྱེད་པ་པོ་བཟ་ཤེས་ཡིན་
སྟབས་དངོས་པོ་བདག་སྟོན་གྱི་བྱ་ཆོག་ཡིན་པ་ཤེས་པ་བྱ་དགོས། གཞན་ཡང་
དཔེར་ན། «ཉང་རལ་ཉི་མ་འོད་ཟེར་གྱི་ཆོས་འབྱུང་»ལས། མདོ་ལྗེའི་རྒྱལ་པོ་
འདི་མཆོད་རྟེན་གྱི་ནང་དུ་འཛོག་སྟེ། ལོ་བརྒྱར་བྱིན་རྒྱབས་གྱི་མར་མེ་དང་བཅས།
ཞེས་དང་། «མི་ལ་རས་པའི་རྣམ་ཐར་»དུ། བར་དུ་བྱ་གཅིག་པོ་རང་ཞིག་བྱང་
བའི་པ་འཆི་བ་སྤྲས་པ་དང་། ཁ་ཆེམས་འཛོག་ལུགས་མ་བྱང་བར། ས་ཤི་རྟིང་
བྱ་གཅིག་པོའི་ནོར་ཀྱན་པ་ཆོན་གིས་ཐོགས། ཞེས་པ་དང་། «མི་ལའི་མགུར་
འབུམ་»དུ། རྗེ་བཙུན་ཞབས་ས་ལ་མི་འཛོག་པར་ནམ་མཁའ་ལ་གཤེགས་པ་
མཐོང་ནས། མི་ཕྱེད་པའི་དད་པ་ཐོབ་སྟེ། ཞེས་པ་ལྟ་བུ་རྣམས་ནི་བཟོད་དོན་
རུས་འདས་པ་ཡིན་ཡང་། འདི་དངོས་པོ་བདག་སྟོན་གྱི་ལས་ཆོག་ཡིན་པ་ཤེས་

དགོས་སོ། །འདི་སྐོར་ལ་ཞིབ་པ་མཁྱེན་འདོད་ན་སི་རུ་ཚོས་འབྲུང་གིས་མཛད་
པའི་《སུམ་རྟགས་འགྲེལ་ཆེན་》 རུ་གཟིགས་པར་བྱ། ཞེས་ཞུར་བྱུང་རུ་བོད་
རིགས་གཞིན་རུ་སྤྱི་ལ་བྱ་འབོད་ལགས་སོ། །

༥ བཅོས་ཅོར་གསུམ་པ། ཡིན་པ་སྐྱབ་བྱེད། ཅས་པ་ཡིན་པའི་སྐྱབ་བྱེད་ཅས་
བཅོས་པ་ཅོར། ཁ་སྐད་ཡིག་སྐད་གང་རུའང་ཡིན་པ་སྐྱབ་ཅས་པ་རྒྱག་ཆེ། ཁ་
སྐད་རུ། ཡིན་པ་ཤེས། གསར་པ་ཉོས། ཡིན་པ་སྐྱབ་ལྟ་བུ་དང་། ཡིག་སྐད་
རུའང་《ཆད་མ་རིགས་གཏེར་》ལས། ཡིན་པ་སྐྱབ་ལ་ཚུལ་གསུམ་ཆང་། །དོ་
བོད་བྱེད་མེད་རང་བཞིན་རྟགས། །དེ་དང་ཆ་མཐུན་ཁོངས་སུ་བསྟ། །ཡོད་པ་
སྐྱབ་ལ་ཚུལ་གསུམ་ཆང་། །དེ་བྱུང་བ་ལ་འབྲས་བུའི་རྟགས། །ཞེས་གསུངས་པ་
ལྟར་རོ། །

༦ བཅོས་ཅོར་བཞི་པ། བེ་རུ་བྱ། བརྒྱ་འདུ་ཞེས་བཅོས་པ་ཅོར། བེ་རུ་བྱ་ཞེས་པ་
རྒྱ་སྐད་ཀྱི་མིང་ཐད་རྒྱར་བྱས་པ་ཞིག་ཡིན་སྟབས། བོད་སྐད་རུ་བརྒྱ་འདུ། ཞེས་
མིང་གསར་འོས་སྦྱོར་བྱས་ན་འགྲིགས་ཀྱང་། བརྒྱ་ཆད་གསར་པ་གཏན་འབེབ་བྱ་
བ་ལ་བརྒྱ་ཆད་གསར་པའི་སྐད་ཡིག་ཟུ་ཡོན་ལྟན་ཁང་བརྒྱད་ནས་གཏན་
འབེབས་མ་བྱས་པའི་མིང་གསར་རུ་བཅོས་ན་སྒྲིགས་འགལ་གྱི་ལས་སུ་འགོ། །

༧ བཅོས་ཅོར་ལྔ་པ། རྩ་རྒྱ། ཞེས་པར། རྩ་དང་རྒྱ་དོན་གཅིག་ཅས་བཅོས་པ་
ཅོར། གནའ་བོའི་བོད་ཀྱི་ཚོས་སྤྱི་ལྟེ་བ་ལྟ་ས་དང་སྤེ་དགེ་ལྟ་བུ་ཡུལ་དབུས་
པ་རྣམས་ལ་རྩ་རྒྱ་ཞེས་ཡོངས་གྲགས་ཀྱི་བོད་བརྒྱ་རྟེན་པ་ཞིག་ཡིན་པ་མ་ཟད།
བྲིད་ཡིག་རྣམས་སུ་འཁོར་བའི་རྩ་རྒྱར་རྟེན་པའི་རིགས་རྒྱག་གི་སེམས་ཅན་ཞེས་
ཀྱང་ཡང་གསུང་པ་དེ་དག་ཀྱང་མ་མཐོང་ངམ། རྩ་ཞེས་པ་ཐིག་གུ་ཕན་ཚུན་སྤེལ་
ནས་བཅོས་པའི་རྩ་བ་དང་། རྒྱ་ཞེས་པ་སྐབས་འདིར་འཛིན་བྱེད་ཀྱི་དོན་ཡིན།
འོན་ཀྱང་དེར་རུས་སྤྱང་སྤྱང་སྤྱང་ནས་ཕ་མས་བརྒྱད་པའི་བརྒྱ་ཆད་རྟེན་པ་འགའ་
ཞིག་རྒྱ་སྐད་ཀྱི་འགོས་དང་བསྐྱུན་ནས་བཅོ་བཅོས་བྱས་པའང་སྤང་སྟེ། དཔེར་
ན། བོད་སྐད་ཡང་དག་ལ་བྱུང་གཞིའི་མིང་སྟོན་དང་བྱུང་ཚོས་ཀྱི་མིང་རྗེས་སུ་
བརྗོད་སྟོལ་ཡོད་པ། ཤ་འཁེང་། ཀོ་ཚྲིག་། མར་དཀར་ལྟ་བུ་རྣམས་རེད། དེར་

དུས་སྤྱི་བྱང་མིང་མཛོད་གསར་པའི་ནང་དུ། རྒྱ་སྐད་གྱི་འགྲོས་ལྟར་བོད་སྐད་
ཉིང་པ་ལ་བཟོ་བཅས་གནང་ནས་བྱང་ཆོས་གྱི་མིང་ཐོན་དང་བྱང་གཞི་རྗེས་སུ་
སྤྱར་བ། ཤ་འཁེང་ལ་འཁེང་ཤ་ཞེས་བཅས་པ་ནི་རྒྱ་སྐད་གྱི་ལྷགས་ཏི་冻肉 ཞེས་
པ་ཐད་སྤྱར་བྱས་པ་ཞིག་རེད། །

‡ བཅས་ནོར་དུག་པ། རྒྱ་སེར་བྱང་པའི། ཞེས་པར། བྱང་པས་ཞེས་བཅས་པ་
ནོར། འབྲེལ་སྐྱ་སྤྱར་བ་ནི་རང་རེ་རྒྱ་སེར་ཅམ་གྱི་བྱང་པ་ཡིན་པ་ལས་གཞན་པའི་
བྱང་མེད་པའི་དོན་དང་། རྒྱ་མཚན་སྟོན་པའི་བྱང་སྐྱ་སྤྱར་ན་ངེས་པར་དུ་མཚོག་
དམན་གྱི་དབྱེ་བ་སྟོན་བྱང་ཡིན་པས། རང་རེའི་བར་ན་མཚོག་དམན་གྱི་དབྱེ་བ་
ཡོད་པའི་ལྷ་བ་ནམ་ཡང་འཛིན་མེད།

གཞན་ཡང་བྱང་རང་གི་ཚོམ་ཡིག་ནང་དུ་ཡུལ་སྐད་གྱིས་སྟེན་པའི་ཡིག་ནོར་
པ་ཡིག་པལ་ཆེར་བ་ཡིག་དུ་བཅས་ནས་བྲིས་འདུག་པ་འདི་ལ་དོ་སྤང་ཞིག་མ་
གནང་ན། སྤང་བྲིན་བྱིད་ལ་གསལ་བྱིད་ཉེར་དགུ་ལས་མི་དགོས་པ་ཐལ་བའི་
སྟོན་བསྐྱོག་མེད་དུ་འབབས་ངེས་སོ། །

གསལ་བཤད་དགུ་པ། གྲུབ་མཐའ་ཕྱོགས་རིས་མི་བྱང་བའི་སྐོར་ལ་གསལ་
བཤད། བཤན་དགེ་དཔལ་ན་རེ།

གཞན་ཡང་ཉིད་གྱིས། ས་ཕྱོགས་དང་། ཆོས་བརྒྱད་སྟོགས་ལ་དམའ་འབེབས་དང་།
རྒྱར་བའི་ཆོག་མཚོན་དང་། འབྲེལ་མེད་གྱི་སྟོན་བཟོད་སྟོགས་སྟོན་གྱི་དཔེ་མཚོན་དང་འབྲེལ་བ་མང་
ཡང་། དེ་ནི་ང་ཚོ་བོད་གངས་ཅན་པའི་མ་འོངས་པའི་གཞོན་སྟེས་ཚོ་ལ་བག་ཆགས་ངན་པ་འཛོག་
བྱིད་ཅམ་ལས་མེད་པས། རང་གཞན་ཀུན་གྱིས་ནམ་ཡང་ཕྱོགས་རིས་དང་། སྤྱག་དོག་། གྲུབ་
མཐའི་ཆགས་སྤང་སྟོགས་འདི་དང་ཕྱི་མར་བདག་གཞན་ལུང་ལ་སྟོར་བའི་ལས་དེ་དག་གཞན་ཡང་
བྱིད་པར་མ་གྱུར་ཅིག །

ཞེས་གསུངས་པའི་ལན་དུ། སྤང་མ་ནམ་པ་དང་། བཤན་ཆེན་ནམ་པ། ཁ་
བཤད་དང་ལག་ལེན་གཅིག་མཐུན་ཡིན་ན་སྤིང་ཐག་པ་ནས་བྱགས་རྗེ་ཆེ་བྱ། ཁོ་

བོ་ནི་ས་ཚུགས་དང་། ཚོས་བརྒྱད་དང་། གྲུབ་མཐའི་ཚུགས་རིས་དག་དང་རིང་
རུ་བྲལ་བ་ཞིག་ཡིན་ཏེ། བདག་ནི་ཚོས་ལུགས་མེད། གྲུབ་མཐའ་མེད། ས་ལྷལ་
མེད། ས་མ་མེད་པའི་རྒྱལ་ཁམས་ས་ཞིག་ཡིན་པའི་སྤྱིར་རོ། །

ལྷག་པར་རུ་གསེར་རྟའི་ལྷ་རིག་སྤྱད་ཅང་མ་ཆགས་པའི་གོང་རུ་ཁོ་བོའི་རྒྱད་ལ་
ཚོས་ལུགས་གྲུབ་མཐའ་ཀུན་ལ་རིས་མེད་ཀྱི་དང་བ་དགོས་པའི་སྒྲིབ་གསེབ་ཟེང་མ་
འབྱོར་བྱེད་པ་ཡིན་ཏེ། ཁོ་བོའི་དགོ་རྒྱུད་དང་ས་མ་རྣམས་ཀྱིས་ཞལ་ཏ་ལྟར་ན།
སྤྱི་ལོའི་རུས་རབས་བརྒྱ་དགུ་པའི་རུས་དཀྱིལ་ཙམ་རུ། འཇམ་མགོན་ཀོང་སྤུལ་
ཡོན་ཏན་རྒྱ་མཚོས་གཙོ་བོར་གནང་བའི་མཁུན་ཀོང་མཚོག་གསུམ་གྱིས། ལོ་རྒྱུས་
ཐོག་ཏུ་རྩིང་མས་བོན་པོ་བརྒྱད་། ས་སྤྱོད་འབྲི་བྱང་བརྒྱད་། དགོ་ལྷན་པས་རྩོ་
བཀའ་རྣམ་གཉིས་བརྒྱད་པ་སོགས་ཚོས་ལུགས་དེ་ཚོས་མིན་གྱི་ལག་ཆས་སུ་གྱུར་
པའི་སྤྱི་གར་གྱིས་བོད་སྤྱིར་ལ་གོང་ཆག་བྱང་བའི་དོན་རྒྱུན་དག་ལ་དམིགས་ནས།
འབྲི་རྒྱའི་ཤར་རུབ་གཉིས་སུ་རྟེན་གཞིར་བཟུང་བའི་གྲུབ་མཐའ་རིས་མེད་ཀྱི་གཞི་
རྒྱུ་བཅུགས། རྒྱབ་བརྒྱད་ཤིང་རྟ་བརྒྱད་ཀྱི་གཞུང་གདམས་དག་དང་བཅས་
ས་ཚུགས་བསྒྲིགས་མཛད་པ་ལ་《མཛོད་ཆེན་རྣམ་ལཱི་》ཡ་གྲུལ་《གདམས་དག་
མཛོད་》ཅེས་པ་དེ་བསྒྲིགས། དེའི་དབང་ལྱང་གདམས་དག་དང་བཅས་པ་ཐམས་
ཅད་རང་གིས་ཁྱུས་ཤིང་། གཞན་ལ་སྤེལ་གནང་མཛད་པ་སོགས་རིས་མེད་གྲུབ་
མཐའི་མིན་ལས་རྒྱ་ཆེར་སྤེལ་བ་ལ། རིས་མེད་བསྟན་འཛིན་འཇམ་མགོན་མཁུན་
ཀོང་མཚོག་གསུམ་ཟེར་བ་དེ་བྱང་བ་རེད། ཅེས་གྲུང་ཡང་གསུང་གི་ཡོད། དེ་
ལྟར་མཁུན་ཀོང་མཚོག་གསུམ་སོ་སོའི་བྱན་མིན་གྱི་ཡོན་ཏན་དང་བསྟན་པའི་
གསོལ་འདེབས།

དང་པོ། འཇམ་དཔལ་བྱིན་བརྒྱབ་བའི་མའི་རྣམ་པར་འཕྱུལ། །རྒྱལ་སྤྱོད་
ལྷ་རྩེའི་ཡང་སྤྱིད་བརྒྱ་གསུམ་པ། །བཀའ་བབས་བརྒྱན་ལྷན་པརྒྱ་མཛོད་སྤྱོད་
སྤྱིང་། །འཇམ་དབྱངས་མཁུན་བཙེའི་དབང་པོར་གསོལ་བ་འདེབས། །

གཉིས་པ། བཀའ་གཏིར་ལྱང་བྱིན་བའི་རྣམ་པར་འཕྱུལ། །མཛོད་ཆེན་
རྣམ་ལཱི་ཤིང་རྟའི་ལམ་སྤེལ་འབྱེད། །རིས་མེད་བསྟན་འཛིན་ཡོན་ཏན་རྒྱ་མཚོའི་

གཏིར། །སློ་གྲོས་མཐའ་ཡས་ཞབས་ལ་གསོལ་བ་འདེབས།

གསུམ་པ། དཀྱིལ་འཁོར་ཀུན་བདག་མཆོ་སྐྱེས་རྩོམ་ཆེ་འཆང་། །མཆོག་གི་
རིག་པ་འཛིན་པའི་སྐུ་བཞེས་པ། །གངས་ཅན་སྐྱེ་རྒྱུ་སྐྱབས་གཅིག་གཏིར་ཆེན་
ཆེ། །མཆོག་གྱུར་སྤྱིང་པའི་ཞབས་ལ་གསོལ་བ་འདེབས། །

ཞེས་རུས་བབས་གྱི་གསོལ་འདེབས་འདི་ཉིད་མདོ་ཁམས་སྡེ་དགའི་ཡུལ་ནས་
རིམ་བཞིན་གངས་ལྗོངས་ཐ་གྲུ་ཀུན་ལ་བྱབ་ཡོད་པ་རེད། དེ་ལྟར་པ་མ་དང་སློབ་
དཔོན་རྣམས་གྱི་སློབ་གསོའི་ཤུགས་རྒྱུན་གྱི་དབང་གིས་ཁོ་ལོ་རྒྱུད་རུའི་རུས་ནས་
བན་བོན་གཉིས་ཀ་ལ་རིས་མེད་འཛིན་མཁན་ཞིག་ཡིན། །

རང་རེ་བཤོ་སྤྱིང་གི་ནང་རུ་དགོ་དཔལ་དང་། སྤྱང་དང་། གསེར་རྒྱ་
སོགས་གང་ཟག་བྱེ་བྲག་པ་དང་། དེར་བཞུགས་པའི་གནས་དང་། ཡུལ་བྱེ་
བྲག་གི་མིང་ཅམ་སློས་པ་ལ་ས་སྤྱོད་ཀྱིས་དང་། གྲུབ་མཐའི་སྤང་ཞེན་ཡིན་པ་འཛིན་
པ་ནི་བྱགས་སློ་རྩ་ཅང་གྲུ་དོག་པའི་སྦྱོན་ཏེ། བྱ་བའི་ཡུལ་གྱི་མིང་ཅམ་ཡང་སློས་
མ་རུང་ན། མུན་པའི་སྤྱོད་ཏུ་མདའ་འཕངས་པ་ལྟར། རང་རེའི་བཤོ་སྤྱིང་
འདི་སུས་ཀྱང་གོ་མི་བྱབ་པ་ཞིག་ཏུ་འགྱུར་བས། དེས་ན་བཤོ་སྤྱིང་བྱ་བ་ལ་སྤྱིང་
པ་ཅི་ཡོད། །

མཁན་ཆེན་དགའ་དཔལ་ཆོས་བརྒྱད་ཆབ་མིན་ལ། །

སྤྱང་ཟེར་བ་གྲུབ་མཐའི་མཆོན་བྱེད་མིན། །

ཚུད་པའི་ཡུལ་གྱི་མཆོན་ཀྱང་མི་གསལ་ན། །

རང་རེའི་བཤོ་སྤྱིང་འདི་ལ་དགོས་པ་ཅི། །

རིས་མེད་དད་པ་འཇམ་མགོན་ཀོང་སྐུའི་དྲིན། །

ལྷང་རིགས་སློབས་པ་སྤྱང་མའི་ཞལ་རྒྱན་ཉིད། །

ཆོས་དང་ཆོས་མིན་ཚུད་པའི་ངག་གིས་འབྲེད། །

དགོས་པའི་དོན་ནི་གཞོན་ནུའི་སློ་སྤྱོད་འབྲེད། །

ན་ཀྱས་དད་པས་ཅི་མཛད་ལེགས་པར་མཐོང་། །
 འབྲོག་སྡེ་པལ་ཆེར་རྒྱ་སྒྲིའི་གཡོ་འོག་ཚུད། །
 ཚོས་དང་སྲིད་ཀྱི་དབྱེ་བ་མ་འབྱེད་པས། །
 མཉམ་གཙུག་གཏོང་ཡང་བདེ་བར་སྒྲོམ་འདྲིར་སྒྲོ། །

ཁ་ཆེས་རང་ལྷགས་འགལ་ན་གསད་བྱ་དང་། །
 ཉང་པས་ཞིང་བཅུ་ཚང་ན་བསྐྱལ་བྱ་གཉིས། །
 གཟུར་གནས་སྒོ་ལ་བྱད་པར་མ་མཐོང་བས། །
 སྲུང་ནས་ཐབས་མཁས་གསུང་ལ་བག་ཡོད་མཛོད། །

ཅེས་གསལ་བཤད་དགེ་དཔལ་དབྱེས་པའི་སྤྱིང་བྱ་ཞེས་པ་འདི་ནི་རིས་མེད་བསྐྱན་པའི་སྒོལ་
 འབྱེད་འཇམ་མགོན་ཀོང་སྤུལ་ཡོན་ཏན་རྒྱ་མཚོའི་སྤྱབ་གནས་ཙུ་འདྲ་རིན་ཆེན་བྲག་གི་ཉེར་
 ཞོལ་དུ་སྦྱེས་ཤིང་མི་ཚོ་གྱི་ནར་འབྱལ་བའི་རྒྱལ་ཁམས་པ་སྤྱབ་བསྐྱན་སྤུན་ཚོགས་ཀྱིས་སྤྱི་ལ་
 ༡༠༡༥ལོའི་རྒྱ་བ་གཉིས་པའི་ཆོས་ཀྱི་ཉིན། རྒྱ་ནག་པེ་ཅིང་གོང་གི་ཀྱང་དབྱང་མི་རིགས་སྒོ་བ་གྲ་
 ཆེན་མོའི་རང་ཤག་ནས་སྤྱིངས་སོ། །

ཏ་ཙང་ཆེས་ཐལ་ཆེ་བའི་སྒྲིགས་མ་སྤྱང་།

2015.2.21

ཡོ་རོབ་མིང་རྒྱང་མང་པོ་དབྱིན་སྐད་འདུས། །
 རི་པན་ཆོན་རིག་ཐ་སྐད་ཕྱི་འདྲིན་མང་། །
 དེང་དུས་རྒྱ་ནག་སྐད་ལའང་དབྱིན་སྐད་འདྲིས། །
 མིང་མང་རང་སྐད་སྒྱུད་པ་ཡར་རྒྱས་རྒྱ། །

ལྷོ་ཏི་ཕི་GDPསྐགས་ཕྱི་སྐད་མི་དགོས་ཞེས། །
 རྒྱ་ཆན་ལྷང་རྟིང་འགའ་ཡིས་ཁྱེད་སྒྲིག་བྱེད། །
 དེ་ཡི་རྒྱུ་འབྲས་རྒྱ་སྐྱབས་རྒྱུང་འགས། །
 པ་སྐད་གཙང་མ་ཟེར་བའི་སྒྲིང་གཏམ་སྒྲིགས། །

པ་སྐད་སྤྱང་སྒྲིབ་དགོས་ན་བོད་སྐད་སྒྲིབས། །
 དེ་ལ་ཡར་རྒྱས་དགོས་ན་དབྱིན་ཡུགས་སྒྲིངས། །
 ཕྱིར་འདྲིན་ཐ་སྐད་ཐམས་ཅད་དོར་དགོས་ན། །
 སྐགས་ཆོག་པལ་ཆེར་མེ་ལ་བསྐྱེད་འོས་སོ། །

རང་གི་སྒོ་རིག་རང་གིས་མ་སྤྱང་པ། །
 རི་བོང་ཅལ་འདྲིགས་རྒྱུ་མ་རྒྱག་ཅིག།

① རྒྱ་སྐད་དམན་པ། ཤེས་རྒྱ་རྒྱུང་པ། ཐན་སྐགས་མེད་པའི་ལས་རིགས་ལ་ཟེར།

གཞན་སྡེ་ལྟ་བུའི་ཡར་རྒྱས་དགོས་འདོད་ན། །

སྡོན་སྡོན་མི་ཡིས་གང་བྱས་ལད་སྒྲོས་མཛོད། །

རང་འདོད་ཆེས་ཐལ་ཆེ་བ་ཉི་མེ་ལ། །

སྤྱི་རྒྱས་ཆེས་ཐལ་ཆེ་བ་མཚོང་བསྐྱོད་གསུམ་། །

ལྷང་རྒྱིང་ཆེས་ཐལ་ཆེ་བ་ཐ་ལི་པན། །

ཏ་ཅང་ཆེས་ཐལ་ཆེ་བའི་སྤྱོད་མ་ལྷང་། །

དེང་སང་པལ་སྐད་གཙང་མ་ཞེས་པ་ནི་བོད་སྐད་ནང་དུ་དབྱིན་སྐད་དང་། རྒྱ་སྐད་སོགས་ཀྱི་མིང་ཚོག་ཅ་བ་ནས་བསྐྱེད་མི་བྱང་བར་བཤད་པ་ནི། ཏ་ཅང་སྤྱི་མིག་དོག་ཅིང་ཐལ་ཆེ་བའི་གཏམ་དུ་ཟད་དེ། དེ་ལྟར་ན་བོད་ཡུལ་འདིར་ས་བྱ་འདྲ་བའི་སྤྱོད་མ་ལྷང་ལྟ་བུ་སོང་བའི་མདོ་སྐད་ཀྱི་ཚོ་གའི་གཞུང་ཆམས་ལས་བརྒྱ་ཆ་ཉི་ཤུ་ཡན་ཅམ་ལེགས་སྤྱར་སྐད་སྤྱོད་ཅིང་ཡོད་པ་འདི་དག་མེར་བསྐྱོད་འོས་པ་དང་། དབྱིན་སྐད་དང་། རྒྱ་སྐད་སོགས་འཛམ་གླིང་ན་དར་བྱལ་ཆེ་བའི་སྐད་རིགས་ཆམས་ཀྱང་གཞན་གྱི་མིང་རྒྱང་རང་སྐད་དུ་ལེན་ནས་ཡར་རྒྱས་འགོ་བཞེན་པ་འདི་ལ་མིག་དཔེ་ལྟ་འོས་སོ་ཞེས་བོད་ཀྱི་སྐད་ཡིག་ལ་སྤྱོད་པ་མི་དམན་པ་ཐོབ་པའི་རྒྱལ་ཁབས་པ་ཐུབ་བསྟན་ཤུན་ཚོགས་དེས། ཤིང་ལུག་ལོ་སར་ཆེས་གསུམ་ཉིན་སྐད་འཕྲིན་འགའ་ཞིག་གིས་ཁྱེན་བྱས་ཏེ་འཕྲལ་མར་བྲིས་ནས་སྤྱིངས་སོ། །

① སྤྱི་ལོ་1958ལོའི་སྤྱི་རྒྱས་མཚོང་བསྐྱོད་ཆེན་པོ་གསུམ་ནི། 高产卫星、全民炼钢、公社食堂

བོད་ཀྱི་དར་དཀར་རིག་གནས་བྱུང་འབེལ་གྱི་ལྟ་རྒྱུས།

2018.5.10

ལྷག་བསམ་མཚོན་བྱེད་ཁ་དྲོག་དཀར་པོ་ཞེས།
གདོད་མའི་རུས་ནས་བོད་ཀྱི་ཡུལ་སྟོལ་གྲགས།
ཚོང་རྩ་རྒྱས་པས་སྟོལ་ལྷགས་ཉམས་རྒྱད་འདི།
དེང་གི་རུས་སུ་མདོ་ཁམས་ཡུལ་དུ་བྱལ།

བཟླ་ཤིས་ལྷ་རྩལ་ཁ་དྲོག་དཀར་པོ་དང་།
ཚོ་གའི་རིག་གནས་དར་མཚོན་སྤྲུལ་གཉིས།
གཅིག་དུ་འབྲལ་ནས་གྲས་ཞབས་མཚོན་པ་ནི།
ཤིང་བཟོའི་ཆེད་དུ་མགར་ཆས་བྱེད་དང་མཚུངས།

དེང་རུས་བོད་ཀྱི་དར་དཀར་རིག་གནས་ལ་བཤད་སྟོལ་དང་གཏོང་སྟོལ་གཉིས་
ཀ་ལ་ཉམས་རྒྱད་རུང་ཟད་འགོ་བའི་རྣམ་པ་མཐོང་ནས་རྒྱད་པ་ཉམས་གསོ་ཡོང་
བའི་ཆེད་དུ་དབྱད་ཚུལ་མདོར་བསྟུས་འདི་བྲིས་པ་ཡིན།

གཅིག་ཁོད་ཀྱིས་དར་དཀར་གཏོང་སྟོལ་བྱུང་བྱེད་སྟོན་བཤད་ལ་དགག་པ།

བོད་ཀྱི་འཚོ་བའི་ནང་དུ་དར་དཀར་ནི་མེད་དུ་མི་རུང་བའི་ཕན་ཚུན་གྲས་ཞབས་
དང་། ལྷག་བསམ། མཛེལ་བཅི་མཚོན་བྱེད་ཅིག་རེད། སྤྱི་བཏང་བོད་མའི་འཚོ་
བའི་ནང་དུ་དཀར་པོ་ལ་བཟླ་ཤིས་པ་མཚོན་བྱེད་དང་། ལྷག་པོ་ནི་མི་དགེ་བ་
མཚོན་གྱི་ཁ་དྲོག་དུ་བཅི་སྟོལ་ཡོད་པ་རེད། མི་དང་མའི་བར་འབྲེལ་བ་བྱེད་
སྐབས། གང་དེ་དང་འབྲེལ་བ་བྲས་པའི་རྩེས་སུ་ལམ་འགོ་བྱུང་ན་དེ་ལ་མི་ཁ་
དཀར་དང་། དེ་དང་འབྲེལ་བའི་རྩེས་སུ་ལམ་འགོ་མེད་པར་བྱུང་ན་མི་ཁ་ནག་
ཟེར་སྟོལ་ཡོད་པ་དང་། མི་བསོད་ནམས་ཅན་ལ་ཐོད་དཀར་དང་། མི་བསོད་

ནམས་མེད་པ་ལ་ཐོད་ནག་ཟེར། མི་གཞན་པན་ཅན་ལ་མི་སེམས་དཀར་ཅན་
དང་། གཞན་གནོད་ཅན་ལ་མི་སེམས་ནག་ཅན་ཟེར། མདོར་ན། རྩལ་དང་རྣམ་པ་
ཀྱན་རྩལ་དོག་དཀར་པོ་ནི་བཀྲ་ཤིས་པ་དང་། དགེ་བའི་ལས་མཚོན་བྱེད་དང་།
ཁ་དོག་ནག་པོ་ནི་བཀྲ་མི་ཤིས་པ་དང་། མི་དགེ་བའི་དོན་མཚོན་བྱེད་ཡིན། །

འོ་ན་བོད་རྩལ་དང་དཀར་པོས་དགའ་བསུ་དང་རྟེན་འབྲེལ་བྱེད་སྒྲིལ་འདི་ག་
རྩལ་བྱང་ཞིན། དེར་རྩལ་བོད་རིག་པ་ཞིབ་འཇུག་པ་འགའ་ཞིག་གིས་བོད་ཀྱིས་
དར་དཀར་གཏོང་སྒྲིལ་འདི་འགྲོ་མགོན་ཚེས་འཕགས་སྐབས་སུ་རྒྱ་ནག་ནས་དར་
བ་ཅིང་ཅེས་བཤད་མཁན་བྱང་འདུག་ལ། རྒྱ་རིགས་ཞིབ་འཇུག་སྒྲིབ་མའི་དབུད་
ཚོམ་ནང་རྩལ་དང་དར་དཀར་རྒྱ་ནག་ནས་བྱང་བས་ལུགས་འདི་རྒྱ་ནག་ནས་དར་
བའི་བཤད་སྒྲིལ་ཡང་བྱང་འདུག།

༡ རྒྱ་ལུགས་ཁ་དོག་དེ་དཀར་པོ་བཀྲ་ཤིས་པའི་ཁ་དོག་མིན་པའི་སྒྲིབ་། རྒྱ་ནག་
གི་ཡུལ་རྩལ་གནའ་དེར་གང་གི་རྩལ་ཡིན་ཡང་རྒྱ་ཆ་དཀར་པོ་ནི་བཀྲ་མི་ཤིས་
པའི་བྱ་བ་གཤེན་ལས་སྐབས་སུ་བེད་སྤྱོད་ཆས་ཤིག་ཡིན་ཏེ། གཤེན་ལས་སྐབས་སུ་
གོས་དཀར་པོ་རྒྱན་པ་དང་། མེ་ཏོག་དཀར་པོ་སྤྱོད་སྒྲིལ་ཡོད་པ་ལས་བཀྲ་ཤིས་
པའི་མཇེད་སྒྲིའི་ནང་རྩལ་དོག་དཀར་པོ་སྤྱོད་སྒྲིལ་མ་མཐོང་། དེ་ལས་སྤྲོག་སྟེ་
དེར་རྩལ་ཀྱང་སྒྲིལ་རྒྱན་ལ་ཤ་ཞེན་ཆེ་བའི་རྒྱ་རིགས་འགའ་ཞིག་ལ་དར་དཀར་
གཏོང་ན་དགའ་པོ་བྱེད་ཅིང་མི་འདུག །གནའ་བོའི་ཡིག་ཆ་དང་རྩལ་འཁོད་པ་ལྟར་
ནའང་དཀར་པོ་ཐུང་ན་གྱི་ཁ་དོག་ཡིན་པར་གསལ་སྟེ། སྤྱི་ལོ་ ༡༧༧༧ ལོར་ཆན་
ལུང་གི་ལོ་ཞེ་གཉིས་པའི་ཞིང་ཅིས་ཟླ་བ་དང་པོའི་ཆེས་༢༩ཉིན། བོང་མ་ཆན་ལུང་
གི་བཅུན་མོ་འདས་གོངས་ཕྱིན་སྐབས་བོད་ཀྱི་སྐུ་དྲག་རྣམས་ཀྱིས་ཐུང་ན་ཞུས་
པའི་སྒྲིབ་། “དོ་རིང་པ་རྩི་ཏའི་རྣམ་ཐར་ལས། འདི་སྐབས་ཡམ་བན་རྣམ་གཉིས་
སོགས་རྒྱ་དཔོན་རྣམས་རྒྱ་ལུགས་ཐུང་ན་གྱི་རྒྱན་པ་དཀར་པོ་དང་། ཞུ་མོ་ཇ་ལར་
མེད་པ་རྒྱན་ཞིང་། ལུང་། བཀའ། མདའ། ཇ་སག་སོགས་བོང་མའི་མིང་དང་ཆོ་ལ་
འཛིན་པ་རྣམས་ཀྱང་དེ་དོན་ལྟར་བྱེད་དགོས་པ་ཡམ་བན་གཉིས་ནས་གསུང་
འདུག་དོན་ལྟར་འདི་སྐབས་བོད་ཀྱི་མི་དྲག་རྣམས་ཞག་ཤས་བར་དུ་ཞུ་འཕྲོག་

དོ་དང་། བ་བཟའ་འགོ་སྤྲུལ་དཀར་པོ་དང་། སྤྲུལ་ཕྱག་དཀར་པོ་ཞེ་གཅིག་གྱུར་
བཞེས་མཛད་དགོས་པ་བྱུང་སོང་གཤིས། རྒྱ་ནག་གི་ཕྱ་དན་ཆ་ལུགས་བོད་ཀྱི་རྟེན་
འབྲེལ་ལེགས་ཆས་སུ་བྱུར་པའི་ཡ་མཚན་པ་ཞིག་བྱུང་། “ཞེས་གསུངས། དེས་ན་རྒྱ་
ནག་ནས་དར་དཀར་ཉེ་ཆོང་བྱུང་བའི་ལོ་རྒྱུས་འདི་ནི་རིག་གནས་ཀྱི་འབྲེལ་བ་
མིན་ཞིང་། ཆོང་ལས་ཀྱི་འབྲེལ་བ་ཡིན་པ་ཤིན་ཏུ་གསལ། །

༢ འགོ་མགོན་ཆོས་འཕགས་ཀྱི་སྟོན་རུ་བོད་རྒྱ་དར་དཀར་གཏོང་སྟོལ་ཡོད་པ།
ཐོག་མར་ཡིག་ཆ་རྒྱུང་པའི་ནང་རྒྱ་དར་དཀར་ཞེས་པའི་ཐ་སྟངས་འདི། 《གསེར་
འོད་གཡང་རྒྱབས་དར་དཀར་མ་》 ཞེས་པའི་དཔེ་རྒྱུང་འདིའི་ནང་ཡོད་འདུག །
དཔེ་རྒྱུང་དེ་ལས། “རིན་ཆེན་སྤྲེལ་ཆོགས་མཛེས་པར་བྱས། སེམས་བསྐྱེད་ཡན་ལག་
ཆོང་བྱས་ནས། དར་དཀར་གཡང་ཅིང་རྒྱན་འདྲེན་ན། ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་བཙམ་ལྟན་
འདས། ཆོས་རྣམས་ཀྱན་ལ་མངའ་མཛད་པ། ཐོགས་བརྩའི་སངས་རྒྱུས་སྤྲུལ་བཅས་
རྣམས། བཀྲ་ཤིས་སྐྱེད་རྟགས་གནས་འདིར་བྱོན། དར་དཀར་གཡང་ཅིང་རྒྱ་ལེན།
ཐུགས་མཛེད་བྱིན་རྒྱབས་ཆེན་པོ་ཡིས། ཕྱ་དང་གཡང་རྒྱ་བསྐྱབ་རྒྱ་གསོལ།” ཞེས་
སོགས་གསལ། གཡང་རྒྱབས་དར་དཀར་མ་ཞེས་པའི་དཔེ་ཆ་འདི་ནི་བཀའ་
འདུས་ཞེས་པའི་དཔེ་ཆ་དེའི་ནང་ཡོད་རེད། དེ་ལ་གཟུངས་འདུས་ཀྱང་ཟེར་རེད།
དེ་ནི་སངས་རྒྱུས་ཀྱིས་གསུངས་པའི་བཀའ་ལས་གསང་སྤགས་ཀྱི་རྒྱུད་གཙོ་ཆེ་བའི་
རིགས་རྣམས་ཐོགས་བརྩུས་བྱས་པ་ལ་རྒྱུད་ཅེས་པ་ལྟ་སྟེ་གཅིག །མདོ་གཙོ་བོའི་
རིགས་རྣམས་ཐོགས་གཅིག་བྱས་པ་མདོ་ཞེས་པ་ལྟ་སྟེ་གཅིག །རྒྱན་རུ་རྒྱུན་བསྐྱོག་
རིམ་གྱི་ལ་བེད་སྤྱོད་ཆེས་མང་བ། འོན་ཀྱང་སངས་རྒྱུས་ཀྱི་བཀའ་ཡིན་མིན་དོགས་
གཞི་ཡོད་རིགས་ཐོགས་གཅིག་བྱས་པ་ལ་སྤྲེལ་ཆོགས་ཞེས་པའི་ལྟ་སྟེ་གཅིག་བཅས་
གསུམ་པོ་ཐོགས་བསྐྱེད་སྤྲུལ་བྱས་པ་ལ་བཀའ་འདུས་ཟེར་བ་དེར་རྒྱུས་གྲོང་པའི་ཨ་
མཛོད་འདོན་བྱ་གཙོ་བོར་ཞིག་རེད། འདི་ནི་ཕལ་ཆེར་བསྟན་པ་ཕྱིར་དར་གྱི་
རྒྱབས་སུ་བོན་ཆོས་ནང་ཆོས་སུ་བསྐྱུར་པའི་དཔེ་ཆ་ཞིག་ཡིན་པར་འདྲ། བཙམ་
རིག་རལ་དང་། དབུས་པ་སྟོ་གསལ་སོགས་ཀྱིས་བཀའ་བསྟན་སོ་སོར་དབྱེ་བའི་
རྒྱབས་སུ། དེའི་སྟོན་སངས་རྒྱུས་ཀྱི་གསུངས་ཡིན་པར་བསྟན་པའི་དཔེ་ཆ་མང་

པོ་ཞིག་རྒྱལ་བའི་གསུང་རབས་ལས་སྤྱིར་བཏོན་ཡོད་པ་དཔེར་ན། གསེ་རིག་རྒྱུད་བཞི་ལྟ་བུ་རེད། འདིའི་ནང་དོན་དང་ཚིག་སྦྱོར་ལ་བརྟག་ན་པལ་ཆེར་བོན་གྱི་གཡང་འབོད་ནང་ཚོས་སུ་བརྟུས་པའི་རིགས་ཤིག་ཡིན་པར་འདྲ།

གཞན་ཡང་《ལྷ་མོ་དཔལ་ཆེན་མོའི་གཡང་བསྐྱབ་》ལས། “གཡང་རྩལ་སྒྲོར་ལ། གཡང་ཕོར་མར་ཁྲུས་གང་བ་དང་། གཡང་སྒྲེ་ག་ལུ་དཀར་པོ་དང་། རྩ་མ་རྩ་ཚོས་བརྒྱན་པ་བཏགས། ཞེས་སོགས་གཡང་རྩལ་སྐབས་རྩ་མ་དཀར་པོ་དང་རྩ་མ་ཚོས་ཅན་དགོས་པར་བཤད་པ་དང་། གཡང་འབོད་སྐབས། དེ་རིང་གཟུང་སྐར་ཚོས་གངས་བཟང་། གཡང་རྩལ་སྤྱི་ཚོགས་རི་ལྟར་སྤངས། དར་དཀར་མདའ་དར་གཡབ་མོས་གཡབ། རོལ་མོ་སྟན་པའི་དབྱངས་ཀྱིས་འབོད།” ཞེས་སོགས་གཡང་གི་ལྷ་མོ་འབོད་པ་ལ་དར་དཀར་གྱིས་གཡབ་མོ་བྱེད་ཅིང་འདྲོད་སྟོལ་ཡོད་པ་འདི་དག་ཆེས་གནའ་བོའི་ལུགས་སྟོལ་ཞིག་ཡིན་པ་ཡིག་ཆ་དེ་དག་ལས་གསལ། གཞན་ཡང་ཁ་དོག་དཀར་པོས་བཀྲ་ཤིས་གཡབ་འབོད་བྱེད་པ་དེ་གནའ་བོའི་བོན་ལུགས་ཡིན་པའི་སྒྲོར། ད་ལྟ་རྒྱལ་འོང་ཡུལ་དུ་རྟེན་འབྲེལ་བཟང་པོ་ཞེས་པའི་དམངས་སྟོལ་ཞབས་བློ་ཞིག་འབྲུབ་ཀྱི་ཡོད་པ་དེའི་དུས་སུ། སྟོ་དཔོན་གྱིས་གཡབ་རྩ་དཀར་པོ་ཞིག་བྱིར་ནས་དེ་འཆམས་འཆམས་སུ་གཡུགས་དགོས་ཀྱི་ཡོད། སྟོ་དེའི་ལོ་རྒྱུས་བཤད་པའི་ཆོ་རྒྱལ་བ་གཤེན་རབ་མི་བོ་ཆེ་འཇིག་རྟེན་དུ་སྤྱུ་འབྲུངས་སྐབས་ལ་ལས་དུང་བུས། ལ་ལས་རྩ་བརྟུང་། ལ་ལས་ཤན་བཏང་ཞེས་བཤད་ཀྱི་ཡོད། ཤན་བཏང་ཞེས་པ་ནི་བཀྲ་ཤིས་གཡབ་རྩ་དཀར་པོ་གཡུག་གཡུག་བྱེད་དགོས་པ་ཅས་བཤད། ཅས་རྒྱལ་འོང་བ་བསོད་ནམས་དབང་གཤམ་གྱིས་བཤད་པ་མཁས་དབང་ཀམ་བདེ་ལེགས་ཀྱི་ཟིན་བྲིས་ལས་གསལ། འོན་ཀྱང་འདི་དག་དར་དཀར་པོ་གཡབ་ནས་ལྷ་གཡང་སྟུན་འདྲེན་པའི་ལག་ཆ་ཞིག་ཡིན་པ་ལས་མིས་མི་ལ་དར་དཀར་གཏོང་པའི་སྒྲོར་བཤད་མི་འདུག།

བོད་ཀྱི་ཡིག་ཆ་དག་ལས་གསལ་བའི་མི་ཡིས་མི་ལ་དར་དཀར་གཏོང་སྟོལ་བྱུང་བ་ནི། འབྲོམ་སྟོན་པ་རྒྱལ་བའི་འབྲུང་གནས་ཀྱིས་མཛད་པའི་《རྩ་བོ་རྩེའི་རྣམ་ཐར་》 བོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་རྣམ་ཐར་སྤྱི་གསལ་བསྐྱེགས། བོད་ལུ་པའི་ལྷུང་། ༡༩༥༥ར་

ལས། “མངའ་རིས་ཀྱི་སྣ་བཅུན་པ་བྱང་ཆུབ་འོད་གྱིས་རྩོམ་ཆེ་དཔལ་ལྷན་ལ་ཉི་
 ཤ་ཐོག་མར་བསུ་བ་བྱེད་སྐབས། བསུ་བ་རྟ་པ་སུམ་བརྒྱ་ཙམ་ཞིག་གི་གོས་དཀར་
 སོ་འབའ་ཞིག་གྱོན། རྒྱ་ཆ་ཐམས་ཅད་དཀར་སོ་འབའ་ཞིག་བྱས། སྒོན་སོ་ཆེན་སོ་
 ལྷའི་དབང་ཕྱག་དང་། ལྷའི་སྒོ་གྲོས་དང་། ལྷའི་ཤེས་རབ་དང་། ལྷའི་སྲིད་འཛིན་
 ཞེས་བྱ་བ་བཞི་ལ་དར་མདུང་དཀར་སོ་ཐོགས་པ་བཅུ་དྲུག་བཅུ་དྲུག་གིས་བསྐྱར།
 གཞན་ཐམས་ཅད་ལ་ཡང་བ་དན་རྒྱང་རྒྱང་རེ་དང་། རྒྱ་དར་གྱི་གདུགས་ཉི་ཤུ་པུ་
 ལང་སྲིད་བྱ་སྒྲ་སྒྲན་པ་མང་སོ་འཁྲོལ་བ་དང་བཅས་ཞེས་པ་ནས་ཐེབས་བསུའི་
 སྐྱོར་རྒྱས་པར་བཤད་མཐར། སྒོན་སོ་བཞིས་རས་དཀར་སོ་དཀར་སངས་པ་རེ་
 ཕྱག་རྟེན་རུ་སྤུལ་ཞེས་བཤད་པ་དང་། ཡང་འཁྲོམ་གཞན་རུ་སྒོ་གྲོས་གྱིས་མཛད་
 པ་《རྒྱལ་བའི་དབེན་གནས་ར་སྐྱོང་གི་བཤད་པ་ཉི་མའི་འོད་ཟེར་》ལྟེན་བཅུ་
 གཉིས་པའི་སྲིབ་ངོས་ལས། “རྩོམ་ཆེ་ལ་དགེ་བཤེས་སྒོན་པས་དར་དཀར་སོ་ཕྱག་
 གཅིག་སྤུལ་ཉི་དོན་ཆོན་གསུམ་ལྷས་ཞེས་གསལ་བ་ནི། སྤྱི་ལོ་ ༡༠༩༠ ཙམ་ལ་བོད་
 ཀྱི་ཤེས་ལྷན་མི་སྣའི་ཁྲོད་རུ་མངའ་དར་འབྱུལ་བའི་ལྷགས་སྒྲོལ་ཡོད་པར་བཤད་
 པ་འདི་ད་ཐོན་ཡིག་ཐོག་ནས་དཔང་རྟགས་རྟེན་པ་སྤྲ་ཤོས་དེ་ཡིན། དེས་ན་འགྲོ་
 མགོན་ཆོས་རྒྱལ་འཕགས་པ་རྒྱ་ནག་གི་ཅིང་ནས་ཕྱིར་བོད་རུ་ཐེབས་པའི་རུས་ནི་
 སྤྱི་ལོ་ ༡༢༧༤ ལོ་ཡིན་ཞིང་། སྐབས་དེར་སྣ་བཅུན་བྱང་ཆུབ་འོད་གྱིས་རྩོམ་ཆེ་ལ་
 དར་དཀར་སྤུལ་ནས་ལོ་ཉིས་བརྒྱ་སུམ་ཅུ་ལྷག་ཕྱིན་འདུག།

གཞིས། དེང་རུས་དར་དཀར་གྱི་རིག་གནས་ཉམས་རྒྱུད་འགྲོ་ཚུལ།

དེང་རུས་བོད་ཀྱི་དར་དཀར་རིག་གནས་གཏོར་བཤེགས་ཐེབས་པའི་སྐྱོར། དར་
 དཀར་ནི་ལྷག་བསམ་དང་རྟེན་འབྲེལ་མཆོན་བྱེད་ཅིག་ཡིན་པས་ཁ་དོག་དཀར་
 སོ་དཀར་གཙང་ཞིག་ཡིན་པར་སྒྲོས་མ་དགོས་པ་རེད། ཡིན་ནའང་དེང་རུས་དར་
 ཁ་དོག་སྤྲ་ཆོགས་དང་། དར་ཁྲ་ཤོགས་གཏོར་སྒྲོལ་བྱུང་བ་འདི་ནི་ཆོང་ལས་དང་
 འབྲེལ་ནས་མི་རིགས་ཀྱི་སྒྲོལ་རྒྱུན་རིག་གནས་ལ་གཏོར་བཤེགས་ཐེབས་པའི་སྤང་
 ཚུལ་ཞིག་རེད། གནས་ཚུལ་འདི་ནི་སྤྱི་ལོ་ ༡༧༥༠ པའི་རྩིས་སུ་བྱུང་བ་ཞིག་རེད། རི་
 ལྷར་ཞེན། རུས་དེར་སྤར་རིག་གནས་གསར་བརྩེའི་སྐབས་སུ་བོད་ཀྱི་རིག་གནས་

རྒྱུ་པ་རྣམས་ཉམས་སྐྱད་ཕྱིན་པ་རྣམས་ཉམས་གསོ་མཐར་ཕྱིན་པ་ཞིག་མ་བྱུང་
པའི་སྐབས་དེར། དབུལ་བཙོས་ཕྱག་འཁུར་གྱི་སྤྱོད་རྒྱས་ཀྱིས་ཚོང་ལས་དར་སྤེལ་
གཏོང་བས། ཚོང་ལས་པ་རྣམས་ཀྱིས་ཁེ་ཚོང་ལ་དམིགས་ནས་དར་སྤྱོད་ཚོགས་
བཟོས་པ་དང་ཐོད་རིགས་གཞིན་ཏུ་རྣམས་ཀྱིས་དར་དཀར་གྱི་མཚོན་དོན་མ་
ཤེས་པ་གཉིས་འཛོམས་ནས་དར་སྤྱོད་ཚོགས་བཏང་སྟེ་འདིར་གསར་དུ་ཆགས་པ་
ཞིག་རེད། དེས་ན་དེང་སང་དར་ཁྲ་འདི་ནི་རྒྱས་རབས་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོད་ཀྱི་
དར་དཀར་རིག་གནས་ལ་གཏོར་བཤིགས་ཐེབས་པའི་སྤང་ཚུལ་ཞིག་རེད།

གསུམ། དར་ཚོན་ཁ་དོག་སྒྲ་ལྟ་བུ་འབྱུང་ཁམས་སྟོན་བྱེད་ཀྱི་རིག་གནས་ཞིག་རེད།

འོ་ན་གནའ་ཐོའི་རྒྱས་སུ་ཐོད་ལ་དར་སྤྱོད་ཚོགས་སྦྱོང་པའི་སྟེལ་མེད་དམ་ཞེ་
ན། ལྷག་བསམ་དང་རྟེན་འབྲེལ་མཚོན་བྱེད་དུ་དར་སྤྱོད་ཚོགས་སྦྱོང་སྟེལ་མེད་པ་
ནི་རྒྱར་བརྟུས་ལེབ་མཐོང་རེད། ཡིན་ནའང་བན་ཐོན་གྱི་ཚོས་ཀྱི་ཚོ་གའི་ནང་དུ་
གཏོར་མདོས་ཀྱི་རྣམས་སུ། བམ་མཁའ། སྤྱི་རྟེན། ལྡང་བྱ། མདའ་བཀྲ། འཕང་ཁྲ་
སོགས་གདོས་ཐག་སྤྱོད་ཚོགས་བྲན་ནས། འབྱུང་བ་ལྟའི་ཁམས་སྟོན་པོར་བྱེད་པའི་
ཆེད་དུ། སྐྱད་པ་དཀར་མེར་དམར་ལྡང་སྟོན་པོ་བཅས་པོ་ལྷན་དུ་བེད་སྤྱོད་པ་
དང་། འབྱུང་བ་ལྟའི་བཅུད་འགྲུགས་ནས་མིའི་ཚོ་སྟོག་གི་གསོས་སུ་བཏབ་པའི་
ཆེད་དུ། དར་ཁ་དོག་སྒྲ་ལྟའི་མདའ་དར་གཡབ་ནས་ཆོ་ཉམས་པ་གསོ་བ་དང་།
གས་པ་སྦྱོར་བ་དང་། ཆད་པ་མཐུད་པ་སོགས་ཀྱི་ཚོ་གའི་ཡོ་བྱད་ཀྱི་དར་ཚོན་ཁ་
དོག་སྒྲ་ལྟ་སྦྱོང་པ་དེ་དང་། དམངས་ཁྲོད་ཀྱི་འཚོ་བའི་ནང་གི་ལྷག་བསམ་མཚོན་
བྱེད་ཀྱི་དར་དཀར་པོ་བེད་སྤྱོད་གཏོང་བ་དེ་གཉིས་མཚོན་དོན་སོ་སོར་ཐ་དད་པ་
ཞིག་རེད། འབྱུང་བའི་བཅུད་བརྟུས་ནས་ལྷས་ཀྱི་ཚོ་བཅུད་གསོ་བའི་ཚོ་ག་ལ།

ཁྱུ་མདའ་དར་ཤར་དུ་གཡུག་པའི་ཚོ།

རྒྱང་གི་བཅུད་རྣམས་བརྟུས་པ་ལས།

འངའ་ཚོན་ལྡང་གུ་འོད་དུ་འབར།

དེ་དབུས་རྒྱང་གི་ལྷ་མོ་ནི།

ཞལ་གཅིག་ཕྱག་གཉིས་མདའ་དར་ལྡང་།

བུམ་བ་འཛིན་ཅིང་གར་འབྲུག་འབྲུག།
 ལྷང་འོད་འབར་བའི་སྒོ་ཁྲིག་ཁྲིག།
 མདའ་དར་སྟོ་རུ་གཡུག་པའི་ཚོ།
 མེ་ཡི་བརུད་རྣམས་བསྐྱས་པ་ལས།
 འཇའ་ཚོན་དམར་པོ་འོད་རུ་འབར།
 དེ་དབུས་མེ་ཡི་ལྷ་མོ་ནི།
 ཞལ་གཅིག་ཕྱག་གཉིས་མདའ་དར་དམར།
 བུམ་བ་འཛིན་ཅིང་གར་འབྲུག་འབྲུག།
 དམར་འོད་འབར་བའི་སྒོ་ཁྲིག་ཁྲིག།

ཞེས་སོགས་འབྲུང་བའི་བརུད་རྣམས་བསྐྱས་པའི་ཚོ་ག་མང་པོ་ནས་འདིའི་
 བར་དོན་གསལ་པོ་བསྟན་ཡོད་པ་རེད། །འོ་ན་དར་ཁ་དོག་མི་འདྲ་བ་རྣམས་ཀྱིས་
 ལུས་ཀྱི་འབྲུང་བ་ལཱའི་བརུད་གསོ་བའི་རྟེན་འབྲེལ་མཚོན་བྱེད་ཡིན་ན་ལྷག་བསམ་
 མཚོན་བྱེད་ལ་དཀར་པོ་ཁོ་ནར་དགོས་པའི་རྒྱ་མཚན་གང་ཞེ་ན། འདི་ནི་ལུགས་
 སྟོལ་རིགས་མི་འདྲ་བ་རིགས་གཉིས་ཏེ། ཚོས་ལུགས་ཀྱི་ཚོ་ག་དང་དམངས་ཁྲོད་
 ཀྱི་ལུགས་སྟོལ་ཏེ་ལུགས་སྟོལ་རིགས་གཉིས་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

ཞེས་བོད་ཀྱི་གནའ་བོའི་སྟོལ་ལུགས་ལ་རྒྱས་མངའ་རུང་ཟད་ཡོད་པའི་རྒྱལ་ཁམས་པ་ཐུབ་
 བསྟན་ཕུན་ཚོགས་དེས་སྤྱི་ལོ་ ༢༠༡༥ལོའི་ཟླ་བ་ ༣པའི་ཚེས་ ༡༠ཉིན། རྒྱ་ནག་ཁྲིན་ཏུའི་གོང་གི་ལྷོ་
 རུབ་མི་རིགས་སྟོབ་གྲྭ་ཚེན་མོའི་རང་ཤག་ནས་བོད་ཀྱི་དར་དཀར་རིག་གནས་ཉམས་རྒྱད་གསོ་
 བ་ལ་རུང་ཟད་ཕན་པའི་ལྷག་བསམ་གྱིས་སྤྲིངས་པའོ།

བྱིས་པའི་དུས་ཆེན་ལ་ལེགས་སྤྱོད་ཀྱི་སྒྲོན་ཆེན།

2015.6.1.

མི་རབས་དབྱར་དགུན་བཞིན་དུ་བརྒྱུ། །
ཆོན་རིག་ཡར་ངོའི་ཟླ་ལྷར་འཕེལ། །
དཔོན་གཡོག་མོ་ཆུ་བཞིན་དུ་འཁོར། །
ཡོན་ཏན་མེད་ན་བྲན་དུ་འགྱུར། །
དུག་གཅིག་བྱིས་པའི་དུས་ཆེན་འདི། །
མི་རབས་གསར་པའི་སྐྱེ་རངས་ཡིན། །
འབྱར་འགྱུར་བྱོད་ཀྱི་མདུན་ལམ་དེ། །
འོད་ཟེར་ལྷན་པའི་སྒྲོན་འདུན་ཁྱ། །
བྱིས་པར་སྒྲོབ་གསོའི་ཐབས་ལམ་ནི། །
མི་རིགས་རེ་བའི་ཕྱགས་འདུན་ཡིན། །
ཚོངས་གཉིད་སད་པའི་ལས་གཞི་དེ། །
མི་རབས་འདི་ནས་སྤེལ་ན་ལེགས། །
མི་ལྷན་གཅིག་པའི་ཁོར་ཕྱག་ནང་། །
དཔོན་གཡོག་གཉིས་ཀྱི་བྱད་པར་དེ། །
སྒྲོ་རིག་ཆལ་ལས་བྱུང་མོད་ཀྱང་། །
སྒྲོན་ལས་བསྒྲུམས་པ་སྒྲུན་པོའི་ལྷགས། །
ཨ་རིའི་སྒྲོབས་འཕྱོར་དམག་ལྷགས་དང་། །
ཡོ་རོབ་དམངས་གཙོ་སྒྲོལ་བཟང་ལྷགས། །
འངར་པན་འཕྲུལ་གྱི་ལག་ཆལ་ནམས། །
ཐམས་ཅད་ཤེས་རིག་དཔལ་ལས་བྱུང་། །

གཙོ་པོ་ལོ་སྤྱི་གཏམ་ཅན་པའི། །
 ལྷགས་རྒྱུ་སྤྱོད་གསོ་འདི་དོར་ནས། །
 དེང་རབས་སྤྱོད་སྤྱོད་སྤྱོད་གསོའི་ལས། །
 ལྷགས་ཀྱི་ལྷགས་ཤིག་གཏམ་ཅན་པ། །
 ཆོས་དང་བསམ་པའི་དཔལ་ཡོན་ཡིན། །
 ཆུ་ལྷན་བྱས་ན་ཀྱན་སྤྱོད་མཛེས། །
 དཔེར་ན་ཆུ་དང་སྤྱོད་པན་བཞིན། །
 ཡོད་ན་ཟས་ཞིས་མེད་ན་འང་རུང་། །
 ཆོས་རིག་དངོས་པོའི་དཔལ་ཡོན་དེ། །
 སྤྱོད་བསྤྱོད་མེད་ན་རང་རིག་གུང། །
 དཔེར་ན་ཆུ་ཆུ་ཤ་མར་སོགས། །
 མེད་ན་འཆོ་ཐབས་བྲལ་བ་བཞིན། །
 རིག་གནས་ཅན་གྱི་ཆོས་དང་ནི། །
 ཁང་བཟང་དར་གྱིས་བརྒྱན་པ་བཞིན། །
 ལྷན་པོ་དང་པའི་རྒྱུ་འབྲས་བ། །
 གཡག་ལ་སྤྱོད་ཐག་འདོགས་དང་མཆོངས། །
 དེས་ན་ཆོས་དང་རིག་གནས་གྱི། །
 རིན་ཐང་ཁྱད་པར་ལེགས་འབྱེད་ནས། །
 མ་འོངས་གཏམ་སྤྱོད་གསོར་པའི་ཆེད། །
 བྱིས་པའི་སྤྱོད་གསོ་སྤྱོད་ལ་རེམས། །

ཞེས་བྱས་གཅིག་བྱིས་པའི་དུས་ཆེན་ལ་ལེགས་སྤྱོད་གྱི་སྤྱོད་ཆོག་གཏམ་ཅན་གཞོན་
 ཅུའི་སྤྱོད་ཆུང་ཞེས་པ་འདི་ནི་རྒྱལ་ཁམས་པ་ལྷན་བསྐྱོད་སྤྱོད་ཆོགས་དེས་ཤིང་ལྷགས་ག་
 ཟླ་པའི་ཆོས་ ༡༩ ཉིན། རྒྱ་ནག་ཁྲིམ་དུའི་གྲོང་གི་སྤྱོད་ཅུང་མི་རིགས་སྤྱོད་གྱི་ཆེན་མོའི་རང་
 ཤག་ནས་སྤྱོད་པོ། །

ཕག་མོ་རིའི་རྩམ་བཤད་བདེན་པའི་རང་སྒྲ།

2015.6.5

བོད་ཀྱི་ས་མིང་སྒྲ་གདངས་རྒྱ་ཡིག་བྲིས། །
རྒྱ་ཡིག་འབྲུ་དོན་སྒྲར་ཡང་བོད་ཡིག་བསྐྱར། །
དེ་ཡི་རྒྱབ་བྱེད་རྒྱུ་གཏམ་གསར་དུ་བཅུམས། །
ས་མིང་ལོག་འགྲེལ་མདོ་ཁམས་ཚུགས་སུ་མང་། །

ཕོ་མ་ཁྱེན་ཞེས་བོད་རྒྱ་འབྲེས་མའི་སྒྲ། །
རྟ་རྒྱལ་རི་ཞེས་རྒྱས་མེད་གཞོན་ཅུས་བསྐྱར། །
ཚོག་གི་དོས་སུ་འབྲུལ་པ་མི་མདོན་ཡང་། །
ལོ་རྒྱས་རྟོགས་ན་འགལ་འདུའི་སྤང་པོར་མཐོང་། །

ཞོར་འབྲུལ་འབྱུང་བ་སྤྱིད་པའི་ཚོས་ཉིད་ཡིན། །
དེ་ལ་ལེགས་བཅོས་གནང་བ་མཁས་པའི་ལྷགས། །
ཁུངས་ལྷང་མེད་ཀྱང་རང་འདོད་ཅ་བ་བརྟན། །
ལྷ་ཚུག་ཆེ་བ་སྤང་གི་གདུང་རིགས་ངེས། །

གནའ་རབས་མཁས་པའི་ཡིག་ཚང་མ་འཁོད་ཅིང་། །
དེང་རབས་རྒན་པོའི་ཁ་ལའང་མ་གྲགས་པའི། །
དར་ཅེ་མདོ་ན་རྟ་རྒྱལ་རི་བོ་ཞིག །
ཉེ་དུས་སྤྱོད་པའི་དགོངས་གཏེར་བབས་སོ་ལོ། །

ཕག་མོ་རི། ཕག་མོ་རི་ནི་དར་ཅེ་མདོའི་གོང་གི་རྩོ་ཚུགས་སུ་ཡོད་པའི་རི་བོ་

མཐོན་པོ་ཞིག་གི་མིང་ཡིན། རི་བོ་འདི་ལ་དེང་རུས་རྒྱ་སྐད་དུ། 跑马山
 ཟེར། མཁའ་དབང་མི་ཉག་མགོན་པོའི་ཞལ་ནས། གནའ་རུས་མི་ཉག་མཁའ་
 པ་མི་ལཱའི་སྐབས་སུ་མི་ཉག་གི་ཡུལ་སྤྱི་དང་། བྱང་པར་དར་ཅེ་མདོའི་ལུང་པ་
 འདིར་ནང་ཆོས་ཏུ་ཅང་དར་རྒྱས་བྱུང་། ལྷག་པར་རུ་ཆོས་རྩེ་ཡེ་ཤེས་རྩོད་དང་།
 ཀམ་པ་དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་ཞལ་སློབ་མི་ཉག་འཇམ་དབྱངས་གྲགས་པ་རྣམས་
 གྱི་སྐབས་སུ་དར་མདོའི་གྲོང་འདིར་བཀའ་བརྒྱད་པའི་ཆོས་ལུགས་དར་བྱུང་།
 མདོ་དགོན་ཁག་བདུན་ཞེས་པའི་ཆེར་བཀའ་བརྒྱད་པ་ཡིན་ཞིང་། སྤྱགས་བཞི་
 མཆོམས་བརྒྱད་ཀྱི་རི་བྱག་ཐམས་ཅད་བསྐྱབ་གནས་དང་། གནས་རི་བྱིན་གྱིས་
 བསྐྱབས། དེང་རུས་ཀྱི་ཤར་སྤྱགས་སུ་ཡོད་པའི་རི་བོ་རྒྱ་སྐད་དུ་ཀོ་ཏ་ཡན་ཞེས་
 པ་འདི་ནི་དམ་ཅན་མགར་བ་ནག་པོའི་གནས་རི། ལྷོ་སྤྱགས་རྩོད་རྩེ་པག་མོའི་
 གནས་རི། རུབ་སྤྱགས་རྒྱལ་བ་རྒྱ་མཆོའི་གནས་རི་ཡིན་པར་ངོས་འཛིན་ནས་མི་
 རྣམས་ཀྱིས་གསོལ་མཆོད་དང་སྐྱབ་པ་བྱེད་སྒོལ་ཡོད་པ་རེད། ལྷག་པར་དམ་
 ཅན་བསྐྱང་གསོལ་ལས།

སྤྱགས་སྤྱགས་དེ་ཡི་པ་གི་ན། །

ཉི་མ་ལྷོ་སྤྱགས་པ་གི་ན། །

རྒྱ་བོད་གཉིས་ཀྱི་སོ་མཆོམས་ན། །

པ་བོང་ལུང་པའི་སྐྱ་མཁར་ན། །

རྩོད་རྩེ་ལེགས་པ་གཤེགས་སུ་གསོལ། །

ཞེས་པའི་གནས་དེ་ཡང་དེང་རུས་དར་མདོའི་གྲོང་གི་ཤར་སྤྱགས་ཀྱི་རི་བོ་ཀོ་
 ཏ་ཡན་ཞེས་པ་འདི་རེད། པག་མོ་རིའི་མིང་རྒྱ་ཡིག་དུ་འབྲི་སྐབས་བོད་སྐད་ཀྱི་
 གདངས་ལ་བརྟེན་ནས། 跑马山 ཞེས་བྲིས་ཡོད་པ་རེད། དེང་རུས་རུས་དེབ་
 འགའ་ཞིག་དུ་པག་མོ་རི་ཞེས་པ་བོད་སྐད་ཡིན་པ་མ་ཤེས་ནས། ཏ་རྒྱག་རི་བོ་
 ཞེས་རྒྱ་ཡིག་དོན་བསྐྱར་བྱས་འདུག་པ་འདི་ནི་ལོ་རྒྱུས་མ་ཤེས་པའི་སྦྱོན་དུ་ཟད།
 ཞེས་ཀྱང་ཡང་གསུངས་ཀྱིན་འདུག།

ལེགས་པར་དབྱད་ན་ཕག་མོ་རིའི་གདན་ཐོག་དུ་སྤྱིང་ཁ་གཏང་ས་དེར་འགོ་
 གྱུང་མཁན་ཞིག་ཡིན་ན་ལེགས་པར་གཟིགས་གནས་དེར་ཏྲ་རྒྱག་སའི་ཐང་ལྟ་ཅི་
 གློས། ར་རྒྱག་སའི་ཐང་རྒྱ་ཞིག་ཀྱང་མེད་པ་ཀྱན་གྱི་མཐོང་ཡུལ་དུ་གྱུར་པ་འདི་
 རེད། གནའ་དུས་ཏྲ་རྒྱག་ས་ཡིན་པས་ན་རྒྱ་སྐད་དུ་ 跑马山 ཟེར་བ་རེད་ཅེས་
 ལོག་བཤད་ཅི་ཙམ་བྱས་ཀྱང་སྤྱི་ཞིག་ཡིད་ཆེས་མི་སྲིད་པ་ཞིག་རེད།



དར་མདོའི་ཕག་མོ་རི།

ཕག་མོ་རི་ཐོད་རི་སྐྱོད་ན་ཐང་རྒྱང་ཞིག་ཡོད་པ་དེ་ལ་གདན་ཐོག་ཟེར། བསྐྱུག་
 ཉོན་དེའི་གདོང་ལྷེ་དེར་གནའ་དུས་སུ་མཆོད་རྟེན་དང་ལྟ་ཁང་སྤྱག་མ་རྒྱུད་དུ་
 ཞིག་བཞེངས་ཡོད་འདུག་ལ་གནས་དེར། མི་ཉག་མཁས་པ་མི་ལཱ་འི་ཡ་གྲུལ་
 བཀའ་བཞི་པ་རིག་པའི་སང་གི་དགུང་ལོ་གྲུ་བཞི་པའི་ལྷགས་བྱི་སྤྱི་ལོ་༡༩༧༠ལོའི་
 ས་ག་ལྷ་བ་ལ། མཁན་པོ་བྱམས་གསར་བ་སོགས་ཀྱིས་གཙོ་མཛད། རབ་སྐང་གི་
 ཆོས་སྡེ་ལ་ཆོས་གཅིག་ནས་བཙོ་བརྒྱད་བར་སངས་རྒྱས་ལ་རྗེས་དྲན་གྱི་ཆོས་ཀྱི་

མཛད་སྒོ་སྤེལ། དེ་ནས་བཟུང་ལོ་ལྟར་ས་ག་ལྷ་བའི་ཆོས་བརྒྱུད་སངས་རྒྱལ་སྐུ་
བལྟམས་པའི་རུས་དྲན་མཆོད་པ་དེ་རྒྱན་མཐུད་པ་ནི་དེང་རུས་དར་ཅེ་མདོ་པའི་
བཞི་པའི་ཆོས་བརྒྱུད་ཉིན་གྱི་རུས་སྟོན་གྱི་ལྷགས་སྒྲིལ་དེ་ད་ལྟའང་མ་ཉམས་པར་
ཡོད་ཅིང་། དེ་ཉིད་བྲིམས་མཐུན་གྱི་རུས་ཆེན་གཏན་འབེབས་བྱས་སྟབས། དེང་
རུས་དར་མདོ་རྫོང་གི་ལས་བྱེད་དང་མི་དམངས་རྣམས་ལ་ཉིན་དེ་བྲིམས་མཐུན་
གྱི་ངལ་གསོ་ཉིན་གཅིག་ཡོད་པ་རེད། །



གདན་ཐོག་སྤྱིང་ག

དར་མདོའི་ལོ་རྒྱུས་ཤེས་མཁན་གྱི་ཡུལ་མི་རྣམས་རབས་རྣམས་ཀྱིས་ཀྱང་རི་བོ་
འདི་རྫོ་རྗེ་ཕག་མོའི་གནས་རི་ཡིན་པར་བཤད་ཅིང་ཡོད་པར་མདོན་ཏེ། རུས་
རབས་ཉི་ཤུ་པའི་རུས་མཐུག་ཏུ་གདན་ཐོག་རི་བོ་སྤྱངས་རྒྱུའི་མཛེས་སྤྱངས་འཆར་
འགོད་འཛུགས་སྐྱོན་སྐབས་སུ། གནས་འདིར་རྫོ་ག་མ་རུ་པས་བཅོས་པའི་མཆོད་
པའི་ལྟ་མོའི་རྣམ་པ་མང་པོ་ཞིག་བཞེངས་འདུག་པ་དེ་ནི་གནས་འདི་རྫོ་རྗེ་ཕག་
མོའི་གནས་རི་ཡིན་སྟབས་ལྟ་མོའི་སྐུ་འདི་དག་ནི་ཡི་དམ་རྫོ་རྗེ་ཕག་མོའི་སྐུ་

གཟུགས་ཡིན་ཞེས་སྤྲོངས་རྒྱ་སྡེ་ཤན་པ་རྣམས་ཀྱི་ངག་ལས་སྟོན། དེ་ལྟར་ན་རི་
བོ་འདྲིའི་མིང་ལ་ཕག་མོ་རི་ཞེས་པ་དེ་མཁས་དབང་མི་ཉག་མགོན་པོ་གཅིག་སུ་
མ་ཡིན་པ་ཡུལ་འདྲིའི་རྒན་རབས་ཀྱན་གྱིས་བཤད་སྟོལ་ཡིན་པར་ཤེས་ཐུབ། །

གནའ་བོའི་ཡིག་ཆ་རྒྱུང་པ་དག་ལས་ཀྱང་དེ་བཞིན་རི་བོ་འདྲིའི་ལ་ཕག་མོ་རི་
ཞེས་བྲིས་པ། མི་ཉག་འཇམ་དབྱངས་གྲགས་པའི་རང་རྣམ་《གཞན་ལ་ཕན་པའི་
ཉི་མའི་འོད་ཟེར་ཞེས་བྲུ་བ་བཞུགས་སོ། ་》 “འཕོ་ཅེའི་རི་སྐྱེད་ནས་ལོ་གཅིག་
རང་ཡུལ་དུ་མི་འགོ་བའི་ཞེ་བཅད་གནང་སྟེ་ནི་གུ་ཚོས་དུག་གི་ཉམས་ལེན་དུ་སྦྱ་
མཚམས་བཞུགས་པས་ཉམས་དང་མི་ལམ་གྱི་ལྟས་ལ་མཚན་ཅན་སྟོན། དེ་ནས་
ཕག་མོ་རིའི་མཁའ་འགོའི་བྲག་ཕྱག་ན་སྦྱབ་པ་བྱེད་དུས་མཚན་བྱེད་སྟོན་བྱར་
མགོན་པ་འགགས་ཤིང་ཐོ་རས་ཅམ་ཡང་མི་བརྟན་པ་འདྲ་བ་ལ། སྟོགས་ནི་མི་
འདུག ད་འཆི་བ་ནི་སྤྱི་སྟུང་། ཆོ་སྟོས་བཏང་ནི་སྤྱི་ནས་བྱེད་སྟུང་ནས་མལ་དུ་
གོག་གིས་ལངས་ཏེ་འདུག་ནས་སྤྱི་མ་ལ་གསོལ་བ་བཏབ། དེའི་རང་དུ་གཉིད་ར་
རིབ་གཅིག་བྱུང་བར། འགོན་པོ་འགའ་ཞིག་སྤྱི་སྟུང་མིས་པས་གཉིད་སང་པ་
དང་བདེ་བར་བྱུང་གསུངས་སོ། །དེ་ནས་ཀྱན་མཁེན་ཡེ་ཤེས་རྡོ་རྗེ་དང་།
མཁན་པོ་ཤུག་དཔལ་རྣམ་གཉིས་ཀྱི་མཛུན་ནས་གདམས་ངག་གང་མང་ཞུས་པས་
བཅོས་མིན་གྱི་ངེས་འབྱུང་སྟེས་ཏེ། སྤྱི་ཆད་སྟོན་སྤྱི་སྟུང་ལ་གཏད་དགོས་སྟུང་
པོ་བཞིན་མི་ཆོ་སྟུག་ལ་གཏོང་དགོས་སྟུང་པ་བྱུང་ནས། འགོ་མགོན་རྒྱ་རས་ཀྱི་
ཞལ་གསུང་། མཐའ་དུ་སྤྱི་གིར་ཤི་ན་དགལ། རྩོལ་བྱི་ཡིས་འདྲད་ན་དགལ། །
བྱིས་པའི་རྡོ་ཆོག་བྱེད་ན་དགལ། གསུམ་པོ་དེ་ལ་ཡིད་སྟོན་བྱེད། ཅས་གསུངས་
པ་དེ་ཡང་ཡང་བརྗོད་ཅིང་། གནས་ཡུལ་ངེས་པ་མེད་པ་རབ་སྤང་ཡུལ་གྱི་རི་ཁྲོད་
རྣམས་སུ་ལོ་མཚམས་དང་། རྒྱ་མཚམས་ངེས་མེད་བཞུགས་པར་སྐབས་འགར་
སྟོ་གོས་ཀྱི་འཆོ་ཐབས་ལའང་སྦྱང་ལ་བྱུང་བ་སྟེ་ར་ཏེ་བསྦྱབ་པ་བྱེད་དུས་རྒྱ་རྡོར་
ཆད། ལ་མོ་ཅེར་བསྦྱབ་པ་བྱེད་དུས་ཡུན་རིང་བར་གཏན་རྒྱགས་ཆད་པ་སོགས་
བྱུང་ཡང་དཀའ་སྦྱང་གྱིས་བསྐྱོམས་ལ་ཞུགས། ཞེས་གསལ་ལོ། །དེས་ན་ལོ་རྩ་
དུག་བརྒྱ་ལྷག་ཅམ་གྱི་གོང་ནས་རི་བོ་འདྲིའི་མིང་ལ་ཕག་མོ་རི་ཞེས་འབོད་སྟོལ་

ཡོད་པ་དེར་རུས་ཀྱི་རབས་ཀྱི་དག་ཐོག་ཏུ་ཡོད་པ་མ་ཟད། སྐབས་དེར་བྱིས་
པའི་ཡིག་རྒྱུ་ལྡན་ཏུ་འདྲ་མཐོང་ཐུབ། །

ཡ་མཚན་པ་ཞིག་ལ། ཉེ་ཆར་ཡང་རི་འདིའི་མིང་ལ་རྒྱ་སྐད་ཏུ། 跑马山
ཟེར། རྒྱ་རྒྱལ་གྱི་བོའི་དོན་ཡིན་པ་དང་། རི་བོ་དེའི་ངོས་སུ་བརྒྱལ་སྟོན་ཆུང་ཏུ་
ཞིག་ཡོད་པ་དེ་ནི་རུས་སྟོན་སྐབས་སུ་རྒྱ་རྒྱལ་གྱི་པུ་པུ་པུ་པུ་པུ་པུ་པུ་པུ་པུ་
རེད་ཅེས་ཟུ་ཆུག་ཆུབ་ནས་བཤད་མཁན་ཡོད་པར་ཐོས། གལ་སྲིད་ཕག་མོ་རི་
བོའི་མིང་ལ་རྒྱ་རྒྱལ་གྱི་ཞེས་འདོགས་པའི་རྒྱ་མཚན་ཡིག་ཆ་གང་དང་། ཤོག་ངོས་
གང་ཏུ་ཡོད་པ་གསལ་པོར་གསུང་རྒྱུ་ཡོད་ན་ནི་ང་ཚོས་དགྲེས་སུ་ཡི་རངས་ཀྱིས་
དང་ལེན་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། མ་མཐའ་ཡང་གནའ་རུས་ས་མིང་འདི་ཐོགས་ཚུལ་ལ་
བཞེད་སྟོལ་མི་འདྲ་ཡོད་པའི་ཁྲུངས་ཁྲུང་ཞིག་གསར་རྒྱེད་ཐུབ་པ་ང་ཚོ་ལ་འདྲ་
ཞིབ་འཇུག་གི་འབྲས་བུ་གསར་པ་ཞིག་ཐོབ་པ་རེད། དེ་མིན་ཡིག་ཆ་སོགས་
ཁྲུངས་ཁྲུང་གང་ཡང་མེད་ན། དེ་ནི་ཉིད་ཀྱི་དགོངས་གཏེར་ཡིན་ངེས། དགོངས་
གཏེར་ནི་དག་སྤང་གི་བརྒྱུད་པ་ཡིན་སྟབས་ཐུན་མིན་བྱེད་ཀྱི་རྩིས་འཇུག་འགའ་
ཞིག་ལས་དེ་རིགས་ལ་ཡིད་ཆེས་མཁན་སུ་ཡོད། ཕག་མོ་རི་བོའི་རི་སྐོད་ཏུ་ཡོད་
པའི་གདན་ཐོག་ནི་གནའ་དེར་གཉིས་སུ་སྟོན་པ་ཤུག་ཐུབ་པའི་འཁྲུངས་སྐར་ལ་
སྟོ་སྟོད་ཀྱི་སྒྲིང་ཀ་གཏོང་ས་ཡིན་པ་ལས་རྒྱ་རྒྱལ་མཁན་དང་། རྒྱལ་ས་ཡིན་པའི་
ཡིག་ཆ་དང་བཤད་སྟོལ་གཉིས་ཀ་ད་བར་ཁོ་བོས་ནི་མ་ཐོས། ཕྱི་ལོ་༢༠༠༥ལོར་
དབྱར་ཁའི་ཁྲུང་མེད་སྐབས་སུ་མི་ཉག་སྟེ་དང་། ཨ་ཀྱ་ཁ་པའི་ལོ་རྒྱུས་ལ་བརྟེན་
ཞིབ་བྱས་ནས་ཟླ་བ་གཅིག་ལྷག་ཙམ་དར་མདོར་བསྟན། དེའི་རིང་ལ་ལྷགས་ལ་
རྒྱལ་པོ་དང་། རྒྱ་བྱལ་སྟེ་བྱུག་ཀྱིས་སྐས་སྐས་པའི་སྟེ་ཞབས་པོ་ཁམས་
ནིང་། ཞབས་པད་ཚོ་བོ་རིག་འཛིན་དབང་མོ་སོགས་དབྱར་ལོ་བརྒྱུད་ཅུ་ལྷག་
ལོན་པའི་རྒྱ་རབས་བཅུ་སྟོར་ཞིག་ལ་བཅར་འདྲི་ཞུས་ཀྱང་གད་བརྒྱལ་འདི་རྒྱ་
རྒྱལ་ས་རེད་གསུང་མཁན་གཅིག་ཀྱང་མ་འཕྲད། རིག་པས་དབྱད་ནའང་མ་ཀྱུབ་
སྟེ། གདན་ཐོག་གི་ཐང་རྒྱ་ཆེ་ཆུང་དེ། རྒྱ་ཞིང་ཏུ་གོམས་པ་བརྒྱ་རེ་ཙམ་ལས་
མེད་པ་མདོན་སུམ་ཆད་མའི་སྤང་ཡུལ་འདི་རེད། གནས་དེར་རྒྱ་རྒྱལ་ས་པར་

ཞོག་ར་རྒྱག་སའི་ཐང་ཞིང་མེད་པ་མི་སྤྱས་ཀྱང་བཏུས་ན་མཐོང་བྱལ། |གཟིགས་
དང་། འདི་ན་ན་རྒྱག་དང་ར་རྒྱག་།

ཕག་མོ་རི་ཞེས་གནས་རི་སྤྱི་ཡི་མིང་། |

གདན་ཐོག་ཅེས་པ་གླིང་ག་གཏོང་བའི་གནས། |

གཅིག་དུ་འབྱུང་ནས་ལོག་འགེལ་འདི་འདྲ་བ། |

པོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་གཏོར་བའི་དུག་རྒྱས་ཡིན། |

ཞེས་པ་ཕག་མོ་རིའི་རྣམ་བཤད་བདེན་པའི་རང་སྤྱོད་ཞེས་པ་འདི་ནི་པོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་སྤྱི་བའི་
རྒྱལ་ཁམས་པ་ལྟར་བཏུན་སྤྱད་ཚོགས་དེས། སྤྱི་ལོ་༡༩༧༥ལོའི་ཟླ་བ་དུག་པའི་ཆོས་ལྷ་ཉིན་གྱི་
ཞོགས་པ་རྒྱ་ནག་ཁྲིན་དུའི་གོང་ནས་ཤེ་ཅིང་དུ་བརྒྱུད་པའི་ཕ་ཁམས་ལམ་དུ་བྱིས་སོ། |



གནལ་པོའི་དང་ཨདོའི་གོང་ཆིང་།

ཐུམ་ཅུ་པའི་སྐོར་གྱིས་དྲིས་ལན།

2015.7.7

འཕྲིན་གྲོགས་རྩུ་སྤྱི་གཞི་ལགས་ཀྱི་དྲི་བ་ལྟ་ཡི་ལན།

‡ དྲི་བ་དང་པོ། སི་རྩུ་དང་སྤྱ་ཏི་གཉིས་ཀྱིས་རྣམ་དབྱེ་གཉིས་པ་དང་བཞི་པ་གཉིས་ལ་སོ་སོས་གོ་བ་ལེན་སྤངས་དང་། གོ་དོན་འཛིག་ཚུལ་ཞེ་འདྲ།

དྲིས་ལན། སི་རྩུ་དང་སྤྱ་ཏི་གཉིས་རྣམ་དབྱེ་གཉིས་པ་དང་བཞི་པ་གཉིས་ལ་གོ་བ་ལེན་སྤངས་མི་འདྲ་བ་ཞེས་པ་ནི་ལེགས་སྒྱུར་བོད་སྐད་རྩུ་བསྒྱུར་བའི་སྐབས་ཀྱི་ལ་དོན་གྱི་སྤང་ལ་ཟེར་བ་ཅུ་མ་ལས། ཅུ་པའི་ཆ་ནས་འདོད་སྟོལ་མི་འདྲ་བ་ཡོད་མི་སྤྱད་དེ། དེ་གཉིས་ཀས་ཞིབ་འཇུག་བྱ་ཡུལ་བོད་སྐད་ཀྱི་བརྒྱ་སྟོན་རིག་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། བོད་སྐད་ཡང་དག་རྩུ། ལས་སམ་བྱ་ཡུལ་གཙོ་བོར་སྟོན་པའི་ཆེད་རྩུ་ལ་དོན་གྱི་སྤང་འཇུག་པ་གང་དེ་རྣམ་དབྱེ་གཉིས་པའི་མཆན་ཉིད། བྱ་བའི་དགོས་ཆེད་གཙོ་བོར་སྟོན་པའི་ཆེད་རྩུ་ལ་དོན་གྱི་སྤང་འཇུག་པ་རྣམ་དབྱེ་བཞི་པའི་མཆན་ཉིད། མཆན་ཉིད་དེ་དང་མ་མཐུན་པ་ནི་བོད་སྐད་རྣམ་དག་མིན་ནོ། །ཁོང་རྣམ་གཉིས་ཀྱིས་འགྲེལ་བཤད་མི་འདྲ་སར། ལེགས་སྒྱུར་བོད་སྐད་རྩུ་བསྒྱུར་སྐབས། སྤྱ་ཏིས། ཐུག་འཆལ་བ་ལ་ནི་བཞི་པའོ། །ཞེས་པའི་ཡུང་ལ་བརྟེན་ནས། དཀོན་མཆོག་གསུམ་ལ་ཐུག་འཆལ་ལོ། ཞེས་པའི་ལ་དོན་དེ་བོད་སྐད་ལའང་བཞི་པ་ངོས་འཛིན་དགོས་ཏེ། ལེགས་སྒྱུར་དེ་ལྟར་ཡིན་པ་རྩུ་མཆན་རྩུ་གསུངས་པ་རེད། རྗེས་སུ་སི་རྩུ་པའི་ཆེན་གྱིས། ལེགས་སྒྱུར་ལ་ཐུག་འཆལ་བ་ལ་བཞི་པའོ་ཟེར་བ་དེ་དམིགས་བསལ་གྱི་སྐབས་སུ་ཡོད་པའི་ལ་དོན་སྟོར་ཚུལ་ཞིག་རེད། སྤྱི་བཏང་ལེགས་སྒྱུར་ལུགས་ལའང་ཐུག་འཆལ་བ་ལ་ནི་གཉིས་པ་འཇུག། །དེས་ན་ལེགས་སྒྱུར་ལ་སྤྱི་བཏང་དང་དམིགས་བསལ་གཉིས་ཡོད་ཅིང་། བོད་སྐད་ལ་དེ་ལྟ་བུའི་དམིགས་བསལ་མེད་པའི་ཕྱིར་ན་ཐུག་འཆལ་ལོ་ཞེས་པ་དེས་ན་གཉིས་པ་ཁོ་ན་ཡིན་ནོ། །ཞེས་གསུངས། ཁོང་རྣམ་གཉིས་ཀྱིས་

བཞེད་པ་མི་འདྲ་བ་ཡོད་ས་དེ་ཡིན་པར་འདྲ།

‡ དྲི་བ་གཉིས་པ། རྣམ་དབྱེའི་གོ་དོན་དང་། ཞུས་ལ་སྒྲིབ་པ། ཐོད་དག་ལྟ་
ཆེན་པོ་ཞེས་པ་ལྟ་བུ་རྣམ་དབྱེ་བརྒྱད་པོ་གང་གི་ཁོངས་སུ་གཏོགས་པ་དང་། དེ་
མིན་ཐོད་ཀྱི་བརྗོད་པ་ཡིན་ན་རྣམ་དབྱེ་བརྒྱད་པོ་གང་རུང་ཡིན་པས་ཞེ་བྱེ།

དྲིས་ལན། རྣམ་དབྱེ་ཞེས་པའི་དོན་གང་ཡིན་ཞེ་ན། སྤང་གང་ཞིག་བརྗོད་
བྱ་དོན་གྱི་རྣམ་པ་མ་འདྲེས་པར་སོ་སོར་དབྱེ་བའི་རུས་པ་ཅན་ཏེ། ལ་དོན་གྱི་སྤང་
རྣམས་ལ་ཟེར། ཞུས་ལ་སྒྲིབ་པ། ཐོད་དག་ལྟ་ཆེན་པོ་དག་ནི་མིང་རྒྱུ་ཁོ་ན་ཡིན་
པས་རྣམ་དབྱེའི་སྤང་འཇུག་ལུལ་ཡིན་པ་ལས་རྣམ་དབྱེ་མིན་ནོ། རྣམ་དབྱེ་ཞེས་
པ་སྤང་ལ་གོ་དགོས། མིང་རྒྱུ་གང་ཞིག་ཤེད་དོན་གཞན་དང་མ་འདྲེས་པ་
བརྗོད་དོན་གང་དེའི་དོ་བོ་གསལ་པོར་སྟོན་པས་ན་རྣམ་དབྱེ་དང་པོ་བཏགས་པ་
བ་ཟེར་ན་རུང་མོད། རྣམ་དབྱེ་དངོས་ནི་མིན་ཏེ། དེ་ཆོག་སྤང་གྱི་རིགས་མ་
ཡིན་པའི་སྤྱིར། བརྗོད་པ་ཡིན་ན་རྣམ་དབྱེ་བརྒྱད་པོ་གང་རུང་ཡིན་པས་ཞེ་
བྱེ། ཅེས་པ་ནི་སྟོན་པའི་ལབ་དོལ་ཅམ་སྟེ། བརྗོད་པ་ནི་ཆོག་རྩ་མ་འདུས་པའི་
བདག་ཉིད་ཅན་ཡིན་ཞིང་། རྣམ་དབྱེ་ནི་སྤང་གྱི་རིགས་ཡིན་པས་དེ་གཉིས་
འབྲེལ་བ་གང་འདུག་ཞིབ་པར་གཟིགས་མཛོད།

‡ དྲི་བ་གསུམ་པ། ཆོ་སྐབས་བདུན་པའི་ནང་ཆོན་དང་བྱེ་བྲག་རྩ་བཤང་བ་
འགྲིག་གམ། འགྲིག་ན་བཤང་ཚུལ་ངེ་ལྟར་ཡིན།

དྲིས་ལན། རྩ་བའི་རུས་གཙོ་པོར་སྟོན་པའི་ཆེད་རྩ་ལ་དོན་གྱི་སྤང་འཇུག་པ་
ཆོ་སྐབས་ཀྱི་མཆན་ཉིད་ཅེས་བརྗོད་རིགས་སོ། །དེས་ན་ཆོ་སྐབས་ནི་ལ་དོན་གྱི་
བྱེ་བྲག་ཡིན་པ་སུམ་རྩ་པའི་རྩ་བ་ལས། ལས་དང་ཆེད་དང་རྟེན་གནས་དང་། །
དེ་ཉིད་ཆོ་སྐབས་ལ་སྒྲུ་ཡིན། ཞེས་གསལ་པོར་གསུངས་ཡོད་པ་རེད། དེས་ན་
ཆོ་སྐབས་ལ་དོན་གྱི་ནང་ཆོན་ཡིན་པ་ལས་བདུན་པའི་ནང་ཆོན་ཡིན་པ་བཤང་
སྟེལ་མ་མཛོད། འོན་ཀྱང་སི་རྩ་པའི་ཆོན་གྱིས་རུས་བརྗོད་པའི་བདུན་པ་ཞེས་
པ་ནི་བདུན་པའི་ནང་ཆོན་དང་དོན་གཅིག་མ་ཡིན་ནོ། །

‡ དྲི་བ་བཞི་པ། རྣམ་དབྱེ་གཉིས་པའི་སྐབས་སུ་ལས་ཀྱི་དོན་ཅན་རྩ་བུར་པ་

དང་། ལས་སྒྱུ་བྱ་བ་སོགས་ཀྱི་ལས་ཞེས་པ་དང་། རྟགས་འཇུག་སྐབས་ཀྱི་ལས་གཉིས་ཀྱི་བྱུང་པར་གང་འདྲ་ཡིན།

དྲིས་ལན། ལས་ཞེས་པ་ནི་བྱ་བ་སྟོན་པའི་མིང་སྟེ། དཔེར་ན་ཁ་སྐད་དུ། ལས་ཀ་ལས། ཞེས་པ་དེ་རེད། སུམ་རུ་པའི་སྐབས་ཀྱི་ལས་སྒྱུ་བྱ་བའི་བ་དང་། རྟགས་འཇུག་སྐབས་ཀྱི་བྱ་བྱེད་ལས་གསུམ་གྱི་ལས་གཉིས་གོ་དོན་གཅིག་ཡིན། སུམ་རུ་པའི་སྐབས་ཀྱི་ལས་དང་རྟགས་འཇུག་སྐབས་ཀྱི་ལས་གཉིས་གོ་དོན་མི་འདྲ་བ་ཡོད་ཚུལ་བཤད་མཁན་མཐོང་ཡང་དེ་ནི་རྟགས་འཇུག་གི་བྱིད་རྒྱན་མེད་ཅིང་། དེང་རབས་བརྗོད་རིག་པའི་གཞུང་ལའང་རྒྱས་མངའ་མེད་པའི་ནོབ་ཚིད་ཀྱི་འབྲེལ་བཤད་གནང་པའི་ལག་རྒྱུས་སུ་མཐོང་། དཔེར་ན། སུམ་རུ་པའི་སྐབས་སུ། ཤར་ཕྱོགས་སུ་འགྲོ། ཞེས་པར་ཤར་ཕྱོགས་ནི་བྱ་བའི་ཡུལ། སུ་ནི་ལ་དོན་གྱི་སྤང། འགྲོ་ནི་ལས་ཡིན་པ་གོ་སྟེ། རྟགས་འཇུག་སྐབས་སུ། བྱ་བྱེད་ལས་གསུམ་ཞེས་པ་དེ་གང་ཞིག་ལ་ཟེར་ཞེ་ན། 【ལན།】བྱ་བྱེད་ཐ་དད་པའི་ལས་ཆོག་གང་ཞིག་བྱེད་པ་པོ་དང་། བྱ་བའི་ལས་དང་། དེ་གཉིས་འབྲེལ་བའི་ལས་ཆོག་བཅས་གསུམ་ལ་ཟེར། དཔེར་ན། ཤིང་མཁན་གྱིས་ཤིང་གཅོད། ཅས་པ་ཤིང་མཁན་བྱེད་པོ། ཤིང་བྱ་ཡུལ། གཅོད་ལས་ཆོག་ལ་ཟེར། འདིར་ལས་ཆོག་ཅས་པ་བྱ་བའི་ཡུལ་ལ་ཡོད་པའི་ལས་དང་། བྱེད་པ་པོ་ལ་ཡོད་པའི་ལས་ཏེ་ལས་གཉིས་ཆོགས་ཀྱི་བདག་ཉིད་ཅན་གྱི་ལས་ཆོག་ཅིག་སྟེ། བྱ་ལས་དང་བྱེད་ལས་གཉིས་ཀ་འདུས་པ་ཞིག་ཡིན། ཁོད་སྐད་དུ། བྱེད་པོ། བྱ་ཡུལ། ལས་ཆོག་ཁྱུ་སྐད་དུ། 主语，谓语，宾语。 དབྱིན་སྐད་དུ། Subject, predicate, object. གཞན་ཡང་དཔེར་བརྗོད་གཞན་ཞིག་བཀོད་ན། ཞ་མས་ང་ལ་སྦྱང་བཤད། ཅས་པ་དེ་ཞ་མ་བྱ་བྱེད་ལས་གསུམ་ནང་ནས་བྱེད་པ་པོ། ང་བྱ་བྱེད་ལས་གསུམ་ལས་བྱ་ཡུལ་གྱི་ཁོངས་གཏོགས། སྦྱང་ནི་འཆད་བྱའི་དོན་ཏེ་བྱ་ཡུལ་དངོས། བཤད་ནི་བྱ་བྱེད་ལས་གསུམ་གྱི་ནང་ཚན་ལས་ཆོག་ཡིན།

‡ དྲི་བ་ལྟ་པ། སྒྲ་སྟོ་མཁན་པོས་ལ་ན་གཉིས་དེ་ཉིད་ལ་མི་འཇུག་པར་གསུངས་པའི་ཁྱུངས་གང་ལ་གཏུགས།

དྲིས་ལན། ལ་ན་གཉིས་དེ་ཉིད་ལ་མི་འཇུག་པའི་ཁྲུག་ས་གཏུགས་ས་པོད་སྐད་
རེད། བྱ་ལས་ངོ་པོ་གཅིག་པར་སྟོན་པའི་ཆེད་དུ་ལ་དོན་གྱི་སྤྲད་འཇུག་པ་དེ་ཉིད་
ཀྱི་མཆན་ཉིད་རེད།

གངས་ཅན་མཁས་དབང་རྣམས་ཀྱི་ཡིག་སྐད་མན་དང་། གྲོང་གི་གས་པོ་གན་
མོའི་ཁ་སྐད་ཡན་བར། ལ་ན་གཉིས་ཀྱིས་བྱ་ལས་ངོ་པོ་གཅིག་པར་སྟོན་པའི་
བཟོད་པ་ཞིག་མེད་པས་ན་དེ་ལྟར་དུ་གསུངས་པ་རེད། བྱ་ལས་ངོ་པོ་གཅིག་པ་
ཟེར་བ་དེ་གང་འདྲ་ཞིག་ལ་ཟེར་ཞེན། བྱ་བའི་ཡུལ་གང་ཞིག་ལ་བྱ་བ་ཞིག་བྱུང་
པ་ལ་དེ་གཉིས་ངོ་པོ་ཐ་དད་དུ་དབྱེ་བ་མེད་པ་ཞིག་ལ་ཟེར། དཔེར་ན། ཁང་
པའི་ཀ་བ་བརྟན་པོར་གྱུར། རྒྱ་དང་འོ་མ་གཅིག་དུ་འདྲིས། ཐོན་རྫས་རྣམས་
སྤྱས་ཆོད་བཟང་ངན་གཉིས་སུ་བྱེ། ཟེར་བ་ལྟ་བུ་རྣམས་ནི་བྱ་བའི་ཡུལ་དང་ལས་
གཉིས་ངོ་པོ་ཐ་དད་དུ་མེད་པས་ན་བྱ་ལས་ངོ་པོ་གཅིག་པའི་ལ་དོན་གྱི་སྤྲད་ཟེར།
ཡང་འགའ་ཞིག་གིས་དེ་ཉིད་ཀྱི་དཔེར་བཟོད་དུ། བ་ལང་ལ་དཀར་ཟལ་ཡོད།
ཤིང་ལ་ཅན་དན་ཡོད། པོད་མི་ལ་མཁས་པ་ཡོད། འབྲུལ་གྱི་ཡོད་ལ་སོགས་པ་
དེ་ཉིད་ཀྱི་དཔེར་བཟོད་ཡིན་ཚུལ་སྒྲོར་མང་པོ་ཞིག་གསལ་བཤད་གནང་འདུག་
ཀྱང་། དེ་དག་འགྲེལ་བཤད་རི་ལྟར་བྱས་ཀྱང་རྣམ་དབྱེ་བ་དུན་པའི་དཔེར་ཁོ་
ནར་སྤང་། སྤྱི་བཏང་ལ་དོན་གྱི་སྤྲད་དེ་བྱ་ལས་ངོ་པོ་གཅིག་པ་ལ་འཇུག་པའི་
དཔེར་བཟོད་ཅིག་དགོས་ཤིང་། དཔེར་བཟོད་འདི་དག་གི་ལ་དོན་གྱི་སྤྲད་ཀྱི་
རྗེས་སུ་བྱ་ཚིག་གཅིག་ཀྱང་མི་འདུག། དེས་ན་ལ་དོན་གྱི་སྤྲད་བྱ་ལས་ངོ་པོ་གཅིག་
པ་ལ་འཇུག་པའི་མཆན་ཉིད་ཆོང་ཡོད་པ་མ་རེད། །

ན་ཡིག་དེ་ཉིད་ལ་འཇུག་པའི་དཔེར་ལའང་མདོན་པ་མཛོད་ཀྱི་རྩ་ཚིག་ །
བསམ་གཏན་དང་པོ་ན་ཐམས་ཅད། །མི་སྟོགས་མེད་ན་དགའ་མ་གཏོགས། །
ཞེས་པ་དེ་བཀོད་འདུག་ཀྱང་། འདིའི་ནང་གི་ན་ཡིག་ནི་མཁས་སྤྱན་སྤྱས་བལྟས་
ཀྱང་རྣམ་དབྱེ་བ་དུན་པ་ཡིན་པ་ཚོད་མེད་ཅིག་རེད། ནད་པ་ཁ་མལ་ན་ཡོད།
ཞེས་པ་འདིའང་ནད་པ་དེའི་ན་ཆ་སྤྲ་མ་ནང་བཞིན་བཟང་དུ་མ་སོང་ལ། ངན་
དུ་ཡང་མ་སོང་བའི་དོན་ཡིན་པར་འདྲ། དེ་ལྟར་ན་འདིར་རང་སོར་ན་གནས།

ཟེར་བའི་ན་ཡིག་དེ་ཡིན་པས་དེ་ནི་བརྟན་པ་གནས་གཞི་དངོས་ཡིན་པ་ཐེ་ཚོམ་
མེད་པ་ཞིག་སྟེ། འདི་ལ་བྱ་ལས་རོ་བོ་གཅིག་པར་སྟོན་པའི་བྱ་ཚོག་མེད་པའི་ཕྱིར་
དང་། དེ་ལ་དེ་ཉིད་གྱི་མཚན་ཉིད་མ་ཚང་བའི་ཕྱིར་རོ། །

ཉེ་ལམ་ཆ་འཕྲིན་གྱི་ལམ་ནས་གོང་གསལ་གྱི་འདྲི་བ་འདི་དག་ཡང་ཡང་ནན་ཏུ་གཏོང་གིན་
འདུག་པ་ལ། ཁོ་ལོ་ཉེ་དུས་སྤྱི་མི་ཁོམ་བསྐྱེད་ལ་ཟེར་བའི་དཔེར་ལྟར། བྱ་བ་ཅིག་ཅིག་གིས་
བྲེལ་བས་དུས་ཚོག་ཏུ་ལན་གཏོང་ཐུབ་མ་མོང་། དྲི་བ་འདི་དག་ཞིག་གཏོང་གི་དྲི་བ་ཡིན་ནམ།
མཁས་པའི་བཤོ་སྤྱོད་གི་ཚུད་དག་གང་ཡིན་མ་ངེས་ཀྱང་། གང་ལྟར་འདི་ལ་ལན་གནད་དང་
ལན་པ་ཞིག་བཏབ་ན། སྟོབ་གྲུ་ཆེ་འབྲིང་གི་སྟོབ་མ་མང་པོ་ཞིག་ལ་ཕན་ཐོགས་ཡོད་པར་སྟེན་
ནས། རྒྱལ་ཁམས་པ་ཐུབ་བསྟན་ཐུན་ཚོགས་དེས། ཀྱན་སྟོང་ནམ་དག་གིས་སྤྱི་ལོ་༢༠༡༥ལོའི་
ཟླ་བ་༧པའི་ཚེས་༧ཉིན་གྱི་ཞོགས་པ་ཁྲིམ་སོ། །

དཀར་ཆག་ནམ་གསུམ་གྱི་སྒྲུབ།

2015.8.1

ལོ་རྒྱུས་ཞེས་པ་འདས་པའི་དོན་རྒྱུན་ཡིན། །
 དེ་ཉིད་རྟོགས་བྱེད་རྒྱ་མཚན་ནམ་གཉིས་ཏེ། །
 ཡིག་ཚང་དང་ནི་གནའ་ཤུལ་དངོས་རྣམས་གཉིས། །
 དེ་ལ་བརྟེན་ནས་རིམ་བཞིན་བདེན་དོན་རྟོག་རྟེན། །

འདས་པའི་དོན་ལ་བཟང་ངན་དབྱེ་འབྱེད་གཏམ། །
 སོ་སའི་འདོད་དོན་ཡིན་ཞིང་ལོ་རྒྱུས་མིན། །
 སྤྱིད་དང་ཆོས་ཀྱི་སྒྲིགས་ཞེན་ཡོངས་སྤངས་ནས། །
 བདེན་དོན་བཅའ་བ་ལོ་རྒྱུས་ཞིབ་འཇུག་ཡིན། །

སྤྱི་མའི་ཆོས་རྒྱུང་ཨ་མའི་ཁ་རྒྱུང་ནམས། །
 ཞིབ་ཏུ་དབྱད་ན་བདེན་དོན་རྟོག་སྤྱིད་ཀྱང་། །
 ལུལ་དུས་དོན་རྒྱུན་དངོས་དང་མཐུན་དགོས་སྟབས། །
 ལོ་རྒྱུས་དངོས་གཙོའི་གཞུང་དང་བསྟན་ནས་དཔྱད། །

པོད་བཅན་པོའི་སྐབས་སུ་བྱུང་བའི་པོད་ཀྱི་བསྟན་བཅོས་ཀྱི་དཀར་ཆག་《ལྷན་
 དཀར་མ་》དང་། 《འཕང་ཐང་མ་》དང་། 《མཆིམས་ལུ་མ་》གསུམ་བྱུང་ཡོད་
 པ་ནི་དོན་དངོས་ཏེ། དབང་པོའི་མདོན་སུམ་དུ་གྱུར་པའི་ཕྱིར། འོན་ཀྱང་དེ་
 དག་གང་ཞིག་སྤྱོད་ཡིན་པའི་སྒྲུབ་ལ་ཡིག་ཚང་རྟོག་པ་དག་ལས་མི་འདྲ་བ་
 ཡོད་པ་ནི།

༥ བུ་རྟོན་གསུངས། 《བུ་རྟོན་ཆོས་འབྲུང་》 གྲུང་གོ་བོད་རིག་པའི་དཔེ་རྒྱན་ཁང་
གིས་པར། ༡༩༤༤ལོར། རྫོག་ངོས་༡༤༧པའི་ཁྲིང་༡༢པར། བོ་རྩ་མཁོ་སྤྱི་དབུ་ཆོས་
འཆད་པ་ལ་སོགས་པས་བརྟན་པ་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པར་དར་བར་བྱས་ཏེ། འབྲུག་གི་ལོ་ལ་ལོ་བྱང་ལྟར་དཀར་
ན་བཞུགས་པའི་རྒྱ་རྒྱུ་གི་བརྗེ་དཔལ་བཅུགས་དང་། བརྗེ་སྤྱི་དབང་པོ་ལ་སོགས་པས་བོད་ཁམས་སུ་དཔ་
པའི་ཆོས་འབྲུར་རོ་འཆོལ་གི་མཆོད་བྱང་བཅ་པོ་དང་ལོ་ལོ་ཀའི་བྱངས་སུ་མཆིས་པ་གཏན་ལ་ལབ་ནས་དཀར་
ཆག་ཏུ་བྱིས་སོ། །ཞེས་བྲི་སྲོང་ལྟེ་བཅན་གི་ལོ་རྒྱུས་བཤད་པའི་སྐབས་སུ་བཤད།
འདིའི་འབྲུག་ལོ་ནི་སྤྱི་ལོ་༧༥༥པའི་ས་འབྲུག་ལོ་ཡིན་དགོས། ཡང་། རྫོག་ངོས་
༡༩༠པའི་ཁྲིང་༡༤པར། རལ་པ་ཅན་ལྷག་ན་རྩོམ་པ་དེས་དགྲུང་ལོ་བཅོ་བརྒྱད་ལོན་པ་ལ་ཆབ་
སྤྱི་དབུང་སྟེ། ལོ་བྱང་ལྷུ་ཤར་རྩོ་རྒྱུ་མི་བས་དགྲུ་མོག་མ་བཞེད་ས་ཏེ། སྟོན་རྩ་སྤྱི་ལོ་འདི་ལ་མ་ཁན་པོ་
པོ་རྟོ་མ་རྟུ་དང་། ཡེ་ཤེས་དབང་པོ་དང་། ཞང་རྒྱལ་ཉེན་ཉམ་བཟང་དང་། སྟོན་ཁྲི་བཞེར་ལང་གི་དང་།
ལོ་ལོ་བ་རྩོན་དེ་བ་ལོ་གི་དང་། ལྟེ་ཁྲི་འབྲུག་དང་། བཅ་ཟེ་ལྷ་རྩུ་ལ་སོགས་པས་ཆོས་ཀྱི་སྐད་བོད་ལ་མ་
གྲགས་པའི་མང་དག་ཅིག་བྱུང་ཞིང་། རྒྱ་དང་མི་དང་ཟ་རྩོར་ལ་སོགས་པ་ལྷ་ཆོས་ལ་ནས་བསྐྱར་བས་བརྟམ་
འབྲུ་བ་མང་པོས་ཆོས་བསྐྱབ་དཀར་བར་གཟིགས་ནས། ཉི་ཤེས་གི་མ་ཁན་པོ་ལྷ་ཅན་རྩོ་རྩོ་ལྟ་དང་། ལྷ་
རྩོ་ལོ་རྟོ་དང་། ལྷ་ལྟོ་ལོ་རྟོ་དང་། ལྷ་ན་ལྷ་ལ་དང་། ལོ་རྟོ་མི་རྟ་དང་། ལོ་དྲུ་ལྷ་ཁན་པོ་རྩུ་རྩོ་དྲུ་དང་།
རྩུ་མ་རྩ་ལྷ་ལ་དང་། ལོ་ལོ་བ་མ་ཁས་པར་རྒྱུད་པ་རྩོན་ལི་ན་དང་། རྩ་ལ་རྩོ་དྲུ་དང་། མ་རྩོ་ལྷ་མ་དང་།
རྩུ་རྩོ་ལྷ་ལ་སོགས་པས་ཐོག་པ་ཆེ་རྒྱུད་ལས་བྱུང་བའི་རྒྱ་གར་སྐད་ལས་བོད་ཀྱི་སྐད་རྩུ་རྩོ་ཞིང་མིང་རྩུ་
བཏགས་པ་རྩམས་དཀར་ཆག་ཏུ་བྱིས་ཏེ། མཉམ་རྩུ་ཡང་གཞུང་ལྷགས་དེ་ལས་མི་བསྐྱར་ཞིང་ཀུན་གྱིས་བསྐྱབ་རྩུ་
རྩུ་བར་གྱིས་ཤིག་ཅེས་བཀའ་ལྷུ་པ་ཏེ། ལྷར་བསྐྱར་པ་རྩམས་སྐད་གསར་བཅད་ཀྱིས་གྲུང་གཏན་ལ་ལབ་
ཅིང་། བཀས་བཅད་རྩམ་པ་གསུམ་མཛད་དེ། ལྷེ་པ་ལྟེ་བྲག་ཏུ་གཞི་བཅས་ཅད་ཡོད་སྟེ་ལས་གཞན་དང་
གསར་ལྷགས་རྩམས་མ་རྒྱུར་ཅིག །ཅེས་བཀས་བཅད་དོ། །ཞེས་གསལ་ཡང་འདི་དཀར་ཆག་ཡིན་
མིན་གསལ་བར་བཤད་མི་འདུག །ཡང་། རྫོག་ངོས་༢༡༢པའི་ཁྲིང་༡༣པར།
ལྷུང་ལྟན་ཆོགས་ལ། ཁ་ཅིག་ལྟན་ཆོགས་སྟོ་བརྒྱད་ལས་རྩུག་པ་ཡན་ཆད་ལས་མ་འབྲུར་ཟེར་བ་དང་། དཔེ་

ཁ་ཅིག་ལས་ཕྱན་ཆེགས་བསྐྱར་བའི་དུས་སུ་མོ་ཙུ་བ་མང་པོས་བསོས་ནས་བསྐྱར་བས། བཅ་པོ་སྤྲུམ་ཅ་དགུ་པ་
 དང་། བཞི་བཅུ་ཅ་གསུམ་པ་ཆད་པས་གཉིས་པོ་འདི་དང་པོ་ནས་འགྱུར་རམ་མ་འགྱུར་ཡང་། མོ་ཙུ་བ་ཆེན་
 པོ་དཔལ་འབྱོར་ལ་འད་ཞུ་ཞིང་བརྟག། སྤྱི་བསྐྱར་བའི་དཔེ་རེག་ཟིག་དང་ཡང་གཏུགས་ཞེས་པ་དང་།
 མཆིམས་ཕུའི་དཀར་ཆག་ལས། འདུལ་བ་ཕྱན་ཆེགས་བསྐྱར་འཕྲོ་བཅ་པོ་ལྟ་བུ་ཅ་གཉིས་ཞེས་པ་དང་།
 དཀར་ཆག་ལྟ་དཀར་མར། འདུལ་བ་ཕྱན་ཆེགས་ཀྱི་གཞི་སྒྲིག་ཉི་ཤི་བཞི་སྟོང་དུག་བརྒྱ་སྟེ་བཅ་པོ་བཞི་བཅུ་
 ཅ་གཉིས་ཞེས་པ་ལ་སོགས་ཐེ་ཆོམ་གྱི་གཞི་མང་དུ་ཡོད་པས་ན་ཐ་སྟད་ཀྱི་རྩིས་སུ་མི་འཕང་བར། ཕྱན་ཆེགས་
 སྒོ་བརྒྱད་ཀར་རྩོགས་པ་སྟོབ་དཔོན་ཚུལ་བྲིམས་བསྐྱར་ས་ཀྱིས་མཛད་པའི་འབྲེལ་པ་ཕྱན་ཆེགས་ཀྱི་ཆོག་གི་རྣམ་
 པར་བཤད་པ་དང་གཏུགས་པ་བཅ་པོ་ལྟ་བུ་ཅ་དགུ་པ་མོ་ཙུ་བ་དཔལ་འབྱོར་གྱིས་བསྐྱར་བ་འདི་ཆད་མར་
 བྱལ། །ཁེས་མཆིམས་ཕུའི་དཀར་ཆག་གཟིགས་སྟུང་བའི་གསུང་སྟོས་སྤང་། བུ་
 སྟོན་ཆོས་འབྱུང་གི་མཆུག་བྱང་ལས། ཀྱང་གོ་བོད་རིག་པའི་དཔེ་སྐྱེན་ཁང་གིས་
 པར། ༡༩༥༥ལོར། རྟོག་ངོས་༣༡པའི་སྤྱོད་པར། བོད་ཀྱི་མཁས་པ་ཆེན་པོ་རྣམས་ཀྱིས་
 མཛད་པ་དང་བསྐྱར་བའི་རྣམ་གྲངས་རྣམས། མོ་བྱང་སྟོང་ཐང་ལྟན་དཀར་གྱི་དཀར་ཆག་དང་། དེའི་རྩིས་ཀྱི་
 བསམ་ཡས་མཆིམས་ཕུའི་དཀར་ཆག་དང་། དེའི་རྩིས་ཀྱི་འཕང་ཐང་ག་མེད་ཀྱི་དཀར་ཆག་དང་། ཕྱིས་སྤྱི་
 ཐང་གི་བསྟན་བཅོས་འགྱུར་རྩོམ་གི་དཀར་ཆག་དང་། མོ་ཙུ་བ་ཆེན་པོས་བསྐྱར་པ་དང་མཛད་པའི་དཀར་
 ཆག་དང་། ལྷ་མེས་ལ་སོགས་པའི་མདོ་རྒྱུད་ཀྱི་རྣམ་དབྱེ་དང་བྲིགས་ཀྱི་དཀར་ཆག་ལ་སོགས་པ་གཞིར་བྱས་
 བས། དེའི་སྟེང་དུ་ཕྱིས་འགྱུར་བ་དང་། དཔོན་པ་སོ་སོའི་དཔེ་ཅི་རིགས་པར་མཐོང་བའི་ནང་ནས་མ་རྒྱུད་པ་
 རི་སྟེད་དང་། ཆད་མར་གྱུར་པའི་དག་ལས་ཐོས་པ་རྣམས་བསྟན་ནས་དཀར་ཆག་དུ་བྲིས་སོ། །ཁེས་
 གསུངས།

བུ་སྟོན་གྱི་ལྟ་བུ།

- ༡ ལྟན་དཀར་མ། བྲི་སྟོང་ལྡུང་བཅོན་སྐབས་བསྒྲིགས།
- ༢ མཆིམས་ཕུ་མ་ལས་འདུལ་བ་ཕྱན་ཆེགས་བསྐྱར་གཟིགས་སྟུང་འདུག

༡ འཕང་ཐང་མའི་སྐོར་གསལ་པོ་མི་འདུག །

༢ བྱི་རལ་པས་སོ་བྱང་ཁྱུ་ཤང་དུ། དཀར་ཆག་བསྐྱིགས་པ་གསལ་ཡང་དཀར་
ཆག་གི་མིང་ཁ་གསལ་མི་འདུག །འདི་སྐྱོ་སྐྱོར་བམ་གཉིས་པ་དང་གཅིག་ཡིན་པ་
འདྲ་པོར་འདུག །

༣ སི་ཏུ་ཆོས་ཀྱི་འབྱུང་གནས་ཀྱིས་མཛད་པའི་《བཀའ་འབྱུར་དཀར་ཆག་》ལས།
སི་ཁྱོན་མི་རིགས་དཔེ་སྐྱུན་ཁང་གིས་པར། ཁྱིལ་ ༡༩༥༥ ལོར། འོག་ངོས་ ༣༠༢ པའི་
ཤིང་པར། བསྟན་པ་ཐུར་དར་གྱི་དུས་སུ་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་སངས་ལེགས་མཛོད་ལོན་གྱི་སྐུ་རིང་ལ། སོ་མོ་
བ་བཞེད་པལ་བཅེགས་རྒྱུ་དང་། ཆོས་ཀྱི་སྤྱིར་པོ། དེ་མེད། དཔལ་གྱི་སྐུན་པོ་སོགས་ཀྱིས་འཕང་ཐང་
ཀ་མེད་གྱི་གཙུག་ལག་ཁང་དུ་བཞུགས་པའི་གསུང་རབ་རྣམས་ལ། ཆོག་བར་བརྒྱད་བརྒྱད་ལ་ཆོག་རྒྱུ་རེ་རེ།
དེ་བཞིལ་སྟོག་དེ་སྐུ་མ་བརྒྱལ་སོགས་པ་ལ་བམ་པོའི་ཆོད་དུ་བྱས་ཏེ་གྲངས་དེས་གཞུག་པའི་ཐེམ་བྱང་མ་འཁྲུལ་
བ་ཆོས་ཆོན་འདི་དང་འདི་ལ་གྲངས་འདི་དང་འདི་ལོ་ཞེས་བཀོད་པ་དཀར་ཆག་འཕང་ཐང་མར་གྲགས་པ་སྟེ།
གངས་ཅན་འདི་རྒྱལ་པའི་བཀའ་འབྱུར་རོ་ཅོག་ཕྱོགས་གཅིག་དུ་བསྐྱིགས་པའི་སོག་མ་ནི་འདི་ཡིན་ན། ཞེས་
ཡོངས་སུ་གྲགས་ལ། དེའི་རྗེས་སུ་སོ་མོ་བ་དཔལ་བཅེགས་དང་། འཁོན་རྒྱ་མཚན་རྒྱུ་སོགས་ཀྱིས་སྤྱོད་ཐང་
སྐུན་དཀར་གྱི་པོ་བྱང་ཆེན་པོ་ན་བཞུགས་པའི་གསུང་རབ་ཞུས་ཆོན་མཛོད་ཟེན་པ་རྣམས་ཕྱོགས་གཅིག་དུ་
བསྐྱིགས་ནས་དཀར་ཆག་མཛོད་པ་ལ་སྐུན་དཀར་མར་གྲགས་པ་བྱུང་། དེའི་རྗེས་སུ་བཅོན་པོ་ཁྱིལ་སྤྱོད་བཅོན་
རལ་པ་ཅན་གྱི་སྐུ་རིང་ལ་སོ་བྱང་ལོན་ཅང་དོ་རྒྱ་ལུ་བས་དགུ་ཐོག་མར་སྐུན་རྒྱལ་པའི་གསུང་རབ་བརྒྱུད་བ་རྣམས་
སྤྱད་གསར་བཅད་ཀྱིས་གཏན་ལ་ཕབ་པ་དང་གསར་དུ་འང་མར་པོ་བརྒྱུད་ཏེ་སྐྱོ་སྐྱོར་བམ་གཉིས་སུ། ཉི་ལོ་གཤིག་
མཐའ་པོ་ཨ་ཅན་འཛིན་མི་ཏ་དང་། ལུ་རྟུ་པོ་རྟུ་དང་། ལྷ་ལྟ་པོ་རྟུ་དང་། དུ་ན་ལྷ་ལ་དང་། པོ་རྟུ་མི་ཏ་
དང་། པོད་ཀྱི་མཐའ་པོ་རྟུ་རྟུ་ཏ་དང་། རྟུ་ཏ་ལྷ་ལ་དང་། སོ་མོ་བ་མཐའ་པར་རྒྱད་པ་རྟུ་ན་མི་ན་
དང་། རྟུ་ལྷ་ལ་དང་། མཚུ་ལྷ་ལ་དང་། རྟུ་རྟུ་ལྷ་ལ་སོགས་པས་ཐོག་པ་ཆེ་རྒྱུད་ལས་བྱུང་བའི་རྒྱ་
གར་སྤྱད་ལས་པོད་ཀྱི་སྤྱད་དུ་བརྒྱུར་ཞིང་མིང་དུ་བརྒྱགས་པ་རྣམས་དཀར་ཆག་དུ་བྱིས་ཏེ། རམ་དུ་ཡང་གཞུང་
ལུགས་དེ་ལས་མི་བརྒྱུར་ཞིང་ཀུན་གྱིས་བསྐྱབ་དུ་རུང་བར་གྱིས་འིག་ཅེས་བཀའ་བསྩལ་ཏེ། སྐོན་རྒྱ་གསལ་ལ་

གྱི་རིང་ལ་མཐའ་པོ་བོད་ཀྱི་ས་རྒྱ་དང་། ཡེ་མེས་དབང་པོ་དང་། ཞང་རྒྱལ་ཉེན་ཉམ་བཟང་དང་། རྒྱུ་མི་
 བཞེར་སང་ཤི་དང་། མོ་ཙུ་བརྩུ་ན་དེ་བཞོ་ཤ་དང་། རྩེ་ཁྱི་འབྲུག་དང་། བམ་ཟེ་ཨ་རྩུ་ལ་སོགས་པས་
 ཚོས་ཀྱི་སྤང་པོད་ལ་མ་གྲགས་པ་མིང་རྒྱ་བཏགས་པ་འི་དག་ཅིག་མཆིས་པ་འི་ནང་ནས། ཁ་ཅིག་ཚོས་ཀྱི་གཞུང་
 དང་། བླ་ར་རྩེ་ལྷགས་དང་མི་མཐུན་ཏེ། མི་བཅས་སྤྱི་རུང་བ་རྣམས་ཀྱང་བཅས། སྤང་གྱི་མིང་
 གཅིས་སོ་འཚལ་གྱིས་ཀྱང་བསྐྱོན་ནས། ཐེག་པ་ཆེ་རྒྱུད་གི་གཞུང་ལས་རི་ལྟར་འབྱུང་བ་དང་། གནའི་མཐའ་
 པོ་ཆེན་པོ་རྣམས་རྩུ་ན་དང་། བ་སྤྱ་བརྩུ་ལ་སོགས་པས་རི་ལྟར་བཤད་པ་དང་། བླ་ར་རྩེ་ལྷགས་ལས་
 རི་སྤང་རྒྱ་འབྲེན་པ་དང་ཡང་བསྐྱོན་ཏེ། མཇལ་དག་ལ་བ་རྣམས་ཀྱང་ཆིག་སོ་སོར་ལྷལ་ནས་གཏན་ཆིགས་གྱིས་
 བཤད་དེ་གཞུང་རྒྱ་བྱིས། སྤང་རྒྱུད་པ་བཤད་མི་འཚལ་བ་སྤྱ་བཞིན་རྒྱ་བརྩུར་བར་རིགས་པ་རྣམས་ཀྱང་སྤྱ་
 བཅན་པར་བཞིས་ཏེ་མིང་རྒྱ་བཏགས། སྤང་ཁ་ཅིག་དོན་བཞིན་རྒྱ་གདགས་པར་རིགས་པ་རྣམས་ཀྱང་དོན་
 བཅན་པར་བཞིས་ཏེ་མིང་རྒྱ་བཏགས་ནས་བཅན་པོའི་སྤྱན་སྤར་བརྩེ་ཆེན་པོ་ཡོན་ཏན་འོད་དང་། བརྩེ་ཆེན་པོ་
 ཏིང་དེ་འཛིན་ལ་སོགས་པ་ཡང་འཚོགས་ཏེ་རྩེ་ལྷོན་གདན་འཛོམ་པ་ལ་ལྷུས་ནས་རྩུ་བརྩུར་བའི་ཐབས་དང་།
 རྒྱ་གར་གྱི་སྤང་ལ་པོད་ཀྱི་སྤང་རྒྱུ་མིང་གདགས་པ་རྣམས་གཏན་ལ་ཕབ་སྟེ་བཀས་བཅད་པ། ཞེས་འབྱུང་ཞིང་།
 དཀར་ཆག་ཆེན་མོ་དེ་དག་མཇོད་པའི་སྤྱབས་སྤྱ་གསང་སྤྱ་གསང་ནང་གི་རྒྱུད་སྟེ་ཐབ་མོ་རྣམས་གསང་ནས་སྤྱོད་པ་
 ཉིད་ཡོད་པའི་ཕྱིར་ཡོངས་གྲགས་སྤྱ་ཐེམ་བྱུང་རྒྱལ་བཏབ་གོ། །ཞེས་དཀར་ཆག་རྣམས་དང་།
 བཀས་གསར་བཅད་བྱས་ཚུལ་སོགས་ཀྱི་ལུང་ཞིག་དྲངས་འདུག་ཀྱང་དེའི་ལུང་
 ལུངས་མི་གསལ། སི་རུའི་གསུང་ལ་བཟླས་ན་བྱ་སྟོན་གྱི་བྱི་རལ་པའི་སྤྱབས་སྤྱ་
 འོན་ཅང་དོར་བསྐྱིགས་པའི་དཀར་ཆག་མིང་མེད་པ་དེ་ནི་སྤྱ་སྤྱོར་བམ་གཉིས་
 དང་དོན་གཅིག་ཡིན་འདུག །

སི་རུ་ཚོས་འབྱུང་གི་ལྟ་བ།

༡ དཀར་ཆག་འཕང་ཐང་མ། སང་ན་ལེགས་མཇིང་ཡོན་གྱི་སྤྱབས་སྤྱ་བསྐྱིགས།
 དཀར་ཆག་དང་པོ་ཡིན། ༢ ལྟོན་དཀར་མ་ཡང་རྒྱལ་པོ་འདྲི་རུས་སྤྱ་བསྐྱིགས་
 ཀྱང་དཀར་ཆག་གཉིས་པ་ཡིན། ༣ བྱི་རལ་པ་ཅན་གྱི་སྤྱབས་སྤྱ་སྤྱ་སྤྱོར་བམ་གཉིས་

པ་བསྐྱེགས། འདི་ལ་ཡང་དཀར་ཆག་གི་མིང་ཡིན་འདུག རྩེ་མཆིམས་ལུ་མའི་སྒྲོང་གང་ཡང་གསུངས་མི་འདུག །

༥ དཔའ་བོ་གཙུགས་ལག་མེད་པའི་《ཆོས་འབྱུང་མཁས་པའི་དགའ་སྟོན་》
ལས། མི་རིགས་དཔེ་སྟུན་ཁང་། ཇུ་ལོ་༡༩༥༥ལོར་པར། སྟོང་ཆ། རྟོག་
རོས་༤༡༥མེད་༡༧པར། བྲི་རལ་པ་ཅན་གྱི་ལོ་རྒྱུས་བཤད་པའི་སྐབས་སུ། སྟོན་སྟེ་
སྤུས་ཡབ་ཀྱི་རིང་མ་ཆོས་ཀྱི་བདེ་སྐད་མ་མ་གྲགས་པ་མང་ཞིག་བྱུང་ཞིང་རྒྱ་ནག་དང་། མི་དང་ཡུལ་དབུས་
དང་ཟུར་དང་ཁ་ཆེ་སོགས་སྟོ་ཆོགས་ནས་བསྐྱར་བས་བདེ་མི་འདྲ་བ་མང་པོས་མི་གོ་ཞིང་སྟོབ་དཀར་བར་
གཞིགས་ནས། ཉི་ལོ་གཞི་མཐོན་པོ་ཨ་ཅུ་རྩེ་མི་ཉ་དང་། ལུ་རྩེ་མི་ཉ་དང་། ལྷོ་རྩེ་མི་ཉ་དང་། ལྷོ་
ན་ལྷོ་མི་ཉ་དང་། བོ་རྩེ་མི་ཉ་དང་། བོད་ཀྱི་མཐོན་པོ་རྒྱ་རྩེ་མི་ཉ་དང་། ལྷོ་མ་ཉ་ལྷོ་མི་ཉ་དང་། མོ་ལུ་བ་
མཐོན་པར་རྒྱུད་པ་རྩེ་མི་ཉ་དང་། རྩེ་མི་ཉ་དང་། མཐོན་ལྷོ་མི་ཉ་དང་། རྒྱ་རྩེ་མི་ཉ་སོགས་པས་ཐེག་
པ་ཆེ་རྒྱུད་མས་བྱུང་བའི་ཆོས་རྒྱལ་སྐུ་གར་གྱི་ཡུལ་དབུས་མས་བྱུང་བའི་བདེ་དང་མཐོན་པར་བསྐྱར་ཞིང་ཀུན་
གྱིས་སྟོབ་ཏུ་རུང་ལ་ནམ་དུ་ཡང་གཞུང་ལུགས་དེ་ལས་མི་བསྐྱར་བ་དང་། ཆད་སྟེགས་སྤང་བའི་བྱིར་དཀར་ཆག་
ཀྱང་གིས་ཤིག་ཅེས་བཀའ་བསྩལ་ཏེ། མོ་པའ་དེ་རྒྱལ་སྤང་བའི་བྱིན་ཅན་གྱི་མོ་པའ་གསུམ་ཞེས་གྲགས་
པ་རྩེ་མི་ཉ་དང་། དན་ལྷོ་མི་ཉ་དང་། ཞང་ཡེ་ཤེས་སྟེགས་ཀྱིས་སྤང་བསྐྱར་བ་ཐམས་ཅད་དག་པར་བྱས་
ཤིང་གསར་བཅད་ཀྱིས་གཏན་ལ་མཐོན་གཏའི་བདེ་གོ་དཀར་བ་རྒྱལ་སྤང་དོར་ནས་ཡུལ་དུས་དང་མཐོན་པའི་གོ་
སྟོབ་འདོན་བདེ་བར་བྱས། ཡི་གེ་རྒྱུད་བའི་ཆེད་དུ་མ་སྟེ། དེ་དག་རྒྱུད་པའི་འབརྟེན་སོགས་དོར་ཏེ་
གཞུང་ཆད་རྒྱལ་སྤང་བའི་གྲངས་སོགས་དེས་པར་དཀར་ཆག་ཏུ་བསྟན་ཏེ་སྤྱིར་བྲིས་ཤིང་གི་དུས་ཀྱི་དཀར་ཆག་
མོ་བྱང་སྟེན་དཀར་མ་དང་། སྤྱིས་མཆིམས་ལུ་མ་དང་། འཕང་ཐང་མ་སྟེགས་ཀྱི་དུས་དུས་དགོར་མའི་དུ་
བཀའ་གཅིགས་ཀྱི་སྤྱོད་ལ་གཅེས་སྤྱིས་སྤྱོད་འདོན་གོ། །

ཞེས་གསུངས་པ་ལ་བརྟགས་ན་ལྟན་དཀར་མ་བྲིས་ཤིང་སྟེ་བཅན་སྐབས་སུ་
བསྐྱེགས་ཡོད་པ་དང་། མཆིམས་ལུ་མ་དང་། འཕང་ཐང་མ་གཉིས་དེའི་རྩེས་
སྤྱོད་པར་གསལ་ཀྱང་དུས་ཆོད་ཁ་གསལ་མི་འདུག །

གཙུག་ལག་སྤྱིར་བཏིག་པ།

༡ ལྷན་དཀར་མ། བྱིས་པོ་བཅོན་སྐབས་སུ་བསྐྱེགས། ༢ འཕང་ཐང་མ་དང་།
མཆིམས་སུ་མ་གཉིས་དེའི་རྩིས་སུ་བྱུང་བར་བཤད་ཀྱང་རྟུལ་ཚོད་མི་གསལ། །

༣ མཁས་པའི་དགའ་སྟོན་ལས། བྱིས་པོ་རྟུལ་གྱི་དཀར་ཆག་པོ་བྱང་ལྷན་
དཀར་མ་དང་། ཕྱིས་མཆིམས་སུ་མ་དང་། འཕང་ཐང་མ་སྟེ་གསུམ་རུ་བྱུང་ལ་
དཀོར་མཚོད་རུ་བཀའ་གཅིགས་ཀྱི་ལྷ་ལ་གཅིས་སྤྱོད་སུ་འཛོག་གོ། ཅེས་གསུངས་
པ་འདི་ལ་དཔག་ན་བྱིས་པའི་སྐབས་སུ་དཀར་ཆག་འདི་གསུམ་ཀ་ཁྱབ་ཟིན་པ་
འདྲ་འདུག །

ཅེས་འཕྲིན་གྲགས་ལྷ་ལོག་ཁེར་རྒྱལ་ཞེས་པ་ཞིག་གིས་འདྲི་བ་ཡང་ཡང་གནང་བའི་དྲིས་
ལན་རུ། སྤྱི་ལོ་༢༠༡༥ལོའི་ལྷ་བ་པའི་ཚེ་༡ཉིན། བསམ་ཡས་མཆིམས་སུ་ནས་རྒྱལ་ཁམས་
པ་ཁྱབ་བསྟན་སྟེན་ཚོགས་དེས་སྤྱིངས་སོ། །

མདོ་མེད་མཆོད་ཐུན་ལ་ཡིད་སྤྱོད་བའི་གཏམ།

2015.8.14

མདོ་ཁམས་དང་ལྷན་ནམས་ཀྱི་ཕྱག་གི་སྒོར། །
 དགེ་བཅུའི་བྲིམས་ཀྱིས་གཅིག་དུ་བསྐྱས་པ་ཡིས། །
 ཐུན་བདག་ཆེན་པོའི་ཆོང་རྩའི་དར་ཆང་ནམས། །
 མཆོད་པའི་རྒྱན་དུ་ཉོས་པའི་ཚུལ་འདིར་གཟིགས། །

དར་ཆང་འཆོང་པས་ཐུན་བདག་སྤྱོད་ཞིང་དབྱེས། །
 ལྷན་གཤམ་འབེལ་བས་སྤྱོད་མའི་མཛད་སྤྱོད་རྒྱས། །
 མེ་ལྷ་མཆོད་པས་སྤང་སྤྱོད་ལྷ་འདྲེ་མགྱ། །
 ཕྱག་ཁྱོད་ཁྱུང་མཁན་དང་ལྷན་པོད་འབངས་ནམས། །

ཕྱ་ཁྱའི་སྤྱོད་ཡོན་འབྲུལ་དུ་མ་དབྱ་ཞིང་། །
 རང་གི་ཁ་རྒྱུ་དོན་དུ་འང་མ་བཏང་པའི། །
 བྱི་མའི་དོན་དུ་སྤུལ་བའི་སྤྱོད་མོ་ནམས། །
 འབྲས་མེད་ཆུད་ཐོས་བྱེད་པའི་ཚུལ་འདིར་སྤྱོས། །

དབྱེས་གཅིང་ཨ་མདོ་གང་དུ་མ་དར་བའི། །
 དགེ་བཅུའི་བྲིམས་དང་ཆང་མཆོད་ལ་སོགས་པ། །
 སངས་རྒྱས་ཆོས་དང་འགལ་བའི་སྤྱོད་པ་འདིར། །
 ད་དུང་དད་ན་ཁམས་པ་ཕག་པ་དངོས། །

དམ་པའི་ཆོས་ཞེས་བྱམས་དང་སྤྱོད་རྩེ་ཡིན། །

དག་གཉིན་ཀྱན་ལ་གཅིས་པ་སངས་རྒྱས་ཚོས། །
 ཚོས་བྱིས་པ་འབངས་ལ་གཅིན་པ་ཁ་ཆེའི་ལུགས། །
 ཆང་མཚོད་ཁྲག་མཚོད་བྱ་བ་ལུ་སྤྱིགས་དངོས། །

བསྐྱེད་བྱ་གཞན་ནོར་ཡིན་པས་སེར་སྒྲ་མེད། །
 ཉེ་ས་སྤྱིན་བདག་ཡིན་པས་དགའ་དད་འཕེལ། །
 སྤྱིག་མཁན་སྤྱི་སྤྱི་ཡིན་པས་སྤོངས་པ་དད། །
 དད་ལྷན་ཐོད་མི་འདི་ཚོ་སྤྱིང་རེ་རྗེ། །

སྤོང་མ་ཡོད་ན་སྤོང་གསོའི་ཆེད་དུ་སྤོངས། །
 བདེ་སྤྱིད་འདོད་ན་བྱ་ལ་ཡོན་ཏན་སྤོངས། །
 སྤྱིན་པ་འདོད་ན་དབུལ་སྤོངས་སྤོང་མ་སྤྱིངས། །
 ཚོས་དང་ལ་རྒྱ་གཉིས་ཀ་དེ་ལ་ཟེར། །

ཞེས་ཚོས་སྤྱིད་གང་ལའང་ཡིད་ཆེས་མེད་པའི་བདེན་དོན་བཅའ་བའི་རྒྱལ་ཁམས་པ་ཐུབ་
 བསྟན་ཐུན་ཚོགས་དེས། འདི་སྤྱི་གཉིས་མེད་པའི་མཚོད་འབུལ་གྱི་རིགས་འགའ་མཚོང་བ་དང་
 རང་གི་རིགས་ལ་ཞེན་པས་ཡིད་སྤྱོད་པའི་རང་ནས་སྤྱི་ལོ་༢༠༡༥ལོའི་ཟླ་བ་༥པའི་ཚེས་༡༩ཉིན། རྒྱ་
 བོད་ཁྲིམ་ཁུངས་ཀྱི་ཕྱི་མི་སྤྱོད་ཐུབ་མི་རིགས་སྤོང་གྱའི་རང་ཤག་དུ་བྱིས་སོ། །

ཕྱི་དགེའི་བོད་སྐྱེད་ཁང་ལ་མཆོད་པ་བཞུར་ཡའི་སྐྱ་དབྱངས།

2015.11.29

དབྱར་བྱ་བྱི་ཤེས་སྤྱོད་གཞིར་མེས་པོ་དང་། །
 བྱང་ཏི་རྒྱལ་ཉེ་ཁར་སྤྱོད་ལྷ་མོ་གཟི། །
 བེ་རོ་ལ་སོགས་ཁང་བོད་ལྷ་རྩེ་རྣམས། །
 དབྱེས་པའི་འཛུམ་གྱིས་ལྷ་མོ་འདི་ལ་གཟིགས། །

དུགས་པོ་ལྷ་རྩེ་གཡུ་ཐོག་མགོན་པོ་དང་། །
 ཨོ་རྒྱལ་པ་དང་རང་བྱུང་རྒྱལ་བའི་ཞལ། །
 བྱང་བྱར་ལ་སོགས་སྤྱི་དར་མཁས་པ་རྣམས། །
 ལོ་རྒྱུས་བདེན་པའི་དཔང་དུ་དབྱིངས་ནས་གཟིགས།

གསོ་རིག་སླ་བརྒྱད་གལ་དུ་མི་བཞུགས་ཤིང་། །
 སྐྱེད་པའི་ལོ་རྒྱུས་ཁོད་དུ་འང་མ་སྐྱེས་པའི། །
 གཡུ་ཐོག་རྒྱིང་མ་ཞེས་པའི་སྐྱེད་རྩུན་སྐྱ། །
 ད་ལྟ་ཕྱི་དགེའི་ཤོང་ན་བཞེངས་པར་ཐོས། །

རྒྱལ་བ་ལྷ་པའི་གསན་ཡིག་མ་འཁོད་ཅིང་། །
 སྐྱེད་ཐང་བརྒྱད་ཅུའི་གལ་དུ་མ་བྱིས་པའི། །
 ཆོད་ལྷན་ལོ་རྒྱུས་ཀུན་གྱིས་དོར་བའི་སྤྱད། །
 ད་ལྟ་ཕྱི་དགེའི་ཤོང་ནས་རྟེན་དོ་ལ། །

འབེ་ལོས་ལྷུང་རིགས་ཚུལ་གྱིས་ལྷུང་རྩྱན་བཀག།
 མཁུན་གོང་གསོ་རིག་ལོ་རྒྱས་དགོངས་པ་མཐུན། །
 མདོ་ཁམས་ཤར་རྩབ་གཉིས་སུ་མ་དར་བའི། །
 ལྷུང་རྩྱན་འབྲས་བྱ་དེང་འདིར་སྡེ་དགེར་སྒྲིན། །

སྤྱི་ཚོན་བྱམས་པས་དབང་གིས་མ་ཁྱགས་ཤིང་། །
 ཚོས་རྒྱལ་བསྟན་པས་སྟོབས་གྱིས་མ་དྲངས་པའི། །
 རྒྱུད་བཞི་བཀའ་མའི་ལྷུངས་ལྷུང་རྩྱན་མའི་སྤྱ། །
 ད་ལྟ་སྡེ་དགེའི་སྒྲིན་ཁང་ཕེབས་པར་ཐོས། །

མི་ཕམ་མཁས་པས་བཅའ་ཀྱང་མ་རྟེན་ཅིང་། །
 དཔལ་སྤུལ་བཅུན་པས་བསྐྱབས་ཀྱང་མ་འགྱུབ་པའི། །
 ལོ་རྒྱས་ཐོག་ན་མེད་པའི་སྒྲིན་རྩྱན་སྤྱ། །
 ད་ལྟར་སྡེ་དགེའི་གོང་ན་འབྱིངས་པ་ཐོས། །

སྤྱི་གོས་རྒྱལ་པོའི་ལྷུང་རིགས་མ་བཟོད་ནས། །
 རྟོད་ལྷུང་སྒྲིན་པས་རྩྱན་གྱིས་འཁོར་ལོ་བསྐྱོར། །
 གོ་འདོ་རྩ་རྩེ་རྩྱན་གྱི་འདམ་དུ་བྱིངས། །
 བྱང་དགའ་སྟོབ་ཚོགས་དེ་ཡི་རྩེས་སུ་འབྱུལ། །

ལེགས་ཉེས་བརྟག་པ་མཁས་པའི་མདུན་སྟོན་མང་། །
 ལྷུང་རིགས་རབ་འབྱམས་སྤྱ་བའི་འདུས་སྡེ་རྒྱས། །
 གནས་འདིར་གཡོ་རྩྱན་རྒྱ་བའི་ལམ་མེད་ཅེས། །
 གནའ་པོའི་དུས་སུ་སྡེ་དགེའི་ཡུལ་དུ་གྲགས། །

མཁས་པའི་དཔའ་པོ་རྒྱ་སྟག་ནགས་སུ་ཆས། །
 མཛེས་པའི་སྒོན་ཆེན་སེང་གའི་ངར་སྐྱ་ཆད། །
 འཆེར་ཤུལ་ཟས་རྒྱལ་སྟག་པའི་ལ་སྟེན་ཤོད། །
 དེང་རུས་རྒྱན་མའི་ཕ་ཁྱིམ་སྡེ་དགའི་ཤོང་། །

ཆོས་འབྱུང་དགོངས་པ་ཁྱི་ལུང་བཞིན་རུ་དོར། །
 མཁྱེན་ཀོང་ཞལ་གསུང་ལམ་ཁའི་ཚུ་བཞིན་བརྩེ། །
 ལུང་རིགས་ཆེད་ལྟན་གང་ལའང་མི་འཇིགས་པའི། །
 མཆེ་སྟེར་དབེན་པའི་དཔའ་པོའི་དབྱང་འདི་མཛར། །

གཡུ་ཐོག་རྟིང་སྐྱ་ལོ་རྒྱལ་ཐོག་ན་མེད། །
 བཅོས་བསྐྱར་སྒོ་འབྱེད་རྩེས་སུ་ལྷགས་པོ་རིའི། །
 ཐང་རྒལ་སྐྱ་ལ་གཡུ་རྟིང་འབྱུལ་པའི་སྒྲ། །
 གསར་བསྐྱར་མཛེད་པ་དེང་རབས་གཡུ་ཐོག་ཡིན། །

ཞེས་སྡེ་དགའི་ཆོས་རྒྱལ་རིམ་བྱོན་དང་མཁྱེན་ཀོང་རྣམ་གཉིས་ཀྱི་སྐབས་སུ་མ་དར་བའི་
 གནའ་པོའི་ལུང་རྒྱན་འབྲས་སུ་སྡེ་དགའི་སྒྲན་ཁང་རུ་སྒྲིན་པར་ཐོས་ཆོ་སྟོན་གྱི་མཁས་པ་རྣམས་
 ཀྱི་རྣམ་ཐར་རྩེས་དྲན་གྱི་ཚུལ་རུ་ཤར་དཔལ་སྤངས་པའི་གསོ་རིག་སྐྱ་བའི་རྒྱལ་ཁམས་པ་སྐབ་
 བསྟན་པུན་ཆོགས་དེས་ཕྱི་ལོ་༢༠༡༥ལོའི་ཟླ་བ་༡༡པའི་ཆོས་ལ་ཉིན། རྒྱ་ནག་ཁྲིན་རུའི་ཤོང་གི་
 རྫོ་རུབ་མི་རིགས་སློབ་གྲྭ་ཆེན་མོའི་རང་ཤག་ནས་ཐོལ་བྱང་རུ་རྒྱུངས་སོ། །

2016 ལོའི་ཚུམ་ཡིག་ཐོར་བ།

བསྐྱེས་གྲུ་དགོས་མིན་སྐོར་གྱི་བསྐྱོ་སྒྲིབ་ལ་དབྱེད་པ།

2016.1.23

ཡང་ཆེར་འཛོགས་པའི་སྐྱེས་ཐེམ་བཞིན།
སྤྱི་ཚོགས་གཉིས་ཀྱི་དགོངས་སྒྲིབ་དུ།
རིག་པའི་གཤོག་ཆལ་བརྒྱུད་འདོད་ན།
རིགས་ལམ་རྒྱུད་གི་རྟ་ལ་ཞོན།

བདེ་སྐྱེས་ཉིད་དུ་རིག་གཞུང་རྟོགས།
བརྟེན་དག་ཆོག་གསལ་པོད་སྐྱད་གཙང་།
དུས་གསུམ་འཛོལ་མེད་འབྲི་འདོད་ན།
སུམ་རྟགས་གཉིས་ཀྱི་གཞུང་ལ་སྦྱོངས།

སྐྱེས་པའི་དབྱེད་ཀྱི་ཆོག་སྦྱོར་སྟན།
ཉམས་འགྱུར་འབྲུམ་གྱིས་བཟོད་དོན་སྟུག།
ལད་རྒྱོས་སྤང་པའི་རང་སྐྱད་ཀྱི།
ཚུམ་རིག་འདོད་ན་སྟན་གཞུང་སྟོས།

ཉེ་ཆར་མཁན་པོ་ཚུལ་ཁྲིམས་སྒོ་གོས་གྱིས་བསྐྱེས་གྲུ་སྦྱོར་པ་ལ་དགོས་པ་
མེད་པའི་སྐོར་གསུངས་པ་རེད་ཟེར་ཞིང་། དེ་ལ་འབྲིག་མིན་སྐོར་གྱི་བསྐྱོ་སྒྲིབ་
མང་པོ་ཞིག་འཕྲིན་སྟན་བརྒྱུད་ནས་སོ་སོའི་ལྷ་ཚུལ་རྣམས་བཤད་ཅིང་འདུག་
པ་རྒྱུ་མཚན་དེ་ལ་བརྟེན་ནས་སྟན་གྱིས་ཀྱང་དེར་དུས་པོད་ཀྱི་རིག་གཞུང་

དག་ལས་གང་ཞིག་དགོས་མིན་བཤད་མཁན་དག་ལ་རང་གི་ལྟ་ཚུལ་ཅུང་
ཟད་སྲིང་བར།

གཅིག་ བརྒྱུས་ཀྱི་དགོས་མིན་གྱི་སྒོར།

ཁྱིལ་བྱང་མཁན་པོ་ཚུལ་ཁྲིམས་སྒོ་གོས་ལྟ་བུ་མཁས་པ་ཆེན་པོ་ཞིག་གིས་བརྒྱུས་
ཀྱི་བསྐྱབ་མི་དགོས་པ་གསུང་མི་སྲིད་པ་བསམ་བྱུང་། གཅིག་བྱས་ནས་ཁོང་གི་
གསུངས་ལ་མི་རྣམས་ཀྱིས་གོ་ནོར་ཐེབས་པའང་ཡིན་སྲིད། ཡང་ན་དགོངས་པ་
དང་ལྡེམ་དགོངས་ཀྱི་གསུང་ཡིན་ན་དོན་དག་ཁ་ཁ་རེད། དཔེར་ན། ཆོད་མ་རྣམ་
འགྲེལ་དང་། རྣམ་ངེས་སོགས་ཀྱི་ལུང་བཏོན་པ་ལ་བརྒྱུས་ཀྱི་ཤེས་མི་དགོས་པ་
དང་། ཡང་ན་དག་ཡིག་གི་ངོས་ནས་ཆོད་མའི་རིག་གཞུང་ཆོག་འགྲེལ་བྱ་བ་ལ་
བརྒྱུས་ཀྱི་ཤེས་མི་དགོས་པ་གསུངས་སྲིད་པ་རེད། དེ་ལྟར་མིན་ན་ཆོད་མ་རིག་པ་
ནི་གཞུང་ཆེན་རྣམས་ཀྱི་དགོངས་པ་གྲུན་ལ་ཕབས་པའི་རིགས་ལམ་མེད་
ཐབས་མེད་པ་ཞིག་ཡིན་ལ། རིགས་ལམ་དེ་བྱང་ཆུབ་པར་ཞིག་དགོས་ན་བརྒྱུས་
ཀྱི་མ་སྒྱུར་ན་རིགས་ལམ་བྱང་པ་ཞིག་ཡོང་མི་སྲིད་པ་ཞིག་རེད། དེས་ན་དབུ་
ཕར་འདུལ་མཛོད་ཀྱི་གཞུང་རྣམས་མཐར་ཐིན་པ་ཞིག་གོ་དགོས་ན་ཆོད་མའི་
རིག་པ་བྱང་ཆུབ་པ་ཞིག་ཤེས་དགོས་ལ། ཆོད་མའི་རིག་པ་བྱང་ཆུབ་པ་ཞིག་
དགོས་ན་ངེས་པར་དུ་བརྒྱུས་ཀྱི་ནས་མགོ་བཅུགས་ཏེ་སྒྱུར་དགོས། སྒྱིར་ཆོད་མ་
རིག་པ་ནི་མཚན་ཉིད་རིག་པ་ཡིན་ཞིང་། དེ་ནི་གནའ་བོའི་ཆོས་ཀྱི་རིག་གཞུང་
དང་། དེང་རབས་ཆོན་རིག་རིག་གཞུང་། སྲིད་འབྱོར་རིག་གསུམ་གྱི་རིག་པའི་
གཞུང་ལུགས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྒྲིམ་གཞི་ཞིག་ཡིན། ཆོད་མ་རིག་པའི་སྒྲིམ་གཞིའི་
ནང་དུ་ཐུན་མོང་དང་། ཐུན་མིན་གྱི་རིག་གནས་ཐམས་ཅད་ལ་སོ་སོའི་རིག་པའི་
སྒྱིལ་གྲོས་(公式) རེ་གྲུན་འབེབ་བྱས་ཡོད་པ་རེད། དེས་ན་ཆོད་མ་རིག་པའི་
གཞུང་ལུགས་ལ་མཁས་པ་མཐར་ཐིན་པ་ཞིག་བྱ་དགོས་ན། ཐོག་མར་བརྒྱུས་ཀྱི་
བྱང་ཆུབ་པ་ཞིག་མ་བྱང་ན་ཆོད་མ་མཁས་པ་ཡོང་ཐབས་མེད་དེ། ཆོད་མ་རིག་
པའི་བཛོད་བྱ་གཙོ་བོ་གང་ཡིན་མདོར་བརྒྱུས་ནས་བཤད་ན། ཤེས་བྱའི་ཡུལ། (客
观存在) ཤེས་བྱེད་སྒོ། (主观意识) སྒོ་དང་ཡུལ་གཉིས་འབྲེལ་བ་ཀྱི་བཙུལ་

དང་གསུམ་གྱི་ནང་དུ་འདུས་ཡོད་པ་རེད། ང་ཚོ་སོ་སྤྱིའི་ས་ལ་གནས་པའི་གང་
 ཟག་རྣམས་ཀྱིས། དེ་དག་སོ་སོའི་རང་བཞིན་དང་ཚོས་ཉིད་གསལ་པོར་བཤད་
 དགོས་ན། དེ་དག་གི་མཚན་གཞི་དང་། མཚན་ཉིད་ཀྱི་མཚན་མཚན་ཁྲབ་པ་སྒོ་
 བརྒྱད་ཀྱི་འབྲེལ་བ་ངེས་དགོས། གལ་སྲིད་བསྟུས་གྲུའི་རིགས་ལམ་ཡང་དག་པ་མི་
 ཤེས་པ་ཞིག་གིས་ཚད་མ་རྣམས་འབྲེལ་དང་། རྣམ་ངེས་སོགས་ཚད་མའི་གཞུང་
 ལུགས་ཀྱང་དག་པ་དང་། མཐར་ཐིམ་པ་ཞིག་བཤད་མི་ཐུབ་པ་ནི་ཤེས་སྟེ། འོན་
 ཀྱང་ཚད་མ་རྣམས་འབྲེལ་སོགས་ཀྱི་ལུང་བཏོན་པ་དང་། ཚིག་འབྲེལ་འདྲ་པོའི་ཐོག་
 རས་འཆད་ཁྲིད་གནང་ན་བསྟུས་གྲུ་མ་ཤེས་ནའང་འགྲིག་འགྲོ་བཞིན་རེད། །མདོར་
 བསྟུས་ན། ཚད་མའི་གཞུང་བསྟུས་པ་ལ་ཐོག་མར་བསྟུས་གྲུ་མི་དགོས་ཟེར་བ་ནི།
 སུམ་རྟགས་དག་གསུམ་སྦྱོང་པ་ལ་ཐོག་མར་ཀ་ཁའི་སྦྱོར་སྟོག་མཐར་ཐིམ་པ་ཞིག་
 བསྟུས་མི་དགོས་ཟེར་བ་དང་དོན་གཅིག །

གཞིས། སུམ་རྟགས་དང་སྟོན་ངག་མི་དགོས་ཟེར་བ།

དེང་དུས་སློབ་གྲུའི་ནང་དུ་སུམ་རྟགས་དང་སྟོན་ངག་དགོས་མཁོ་མི་ཆེ་ཟེར་
 པའི་དགོ་ཆུན་ཁག་གཅིག་བྱུང་དང་འབྱུང་བཞིན་པ་རེད། འཛམ་བུ་གླིང་གི་མི་
 རིགས་མི་འདྲ་བ་སུ་ཡིན་ཀྱང་སློབ་གྲུའི་ནང་དུ་ཐོག་མར་སྦྱོང་རྒྱ་ནི་སྐད་ཡིག་
 དང་། སུམ་རྟགས་དག་གསུམ་ཡིན་པར་སློབ་མ་དགོས། དུས་རབས་གོང་མའི་ལོ་
 རབས་བརྒྱད་ཅུ་པའི་ནང་དུ་བོད་ཀྱི་སྐད་ཡིག་ཐོག་མར་སྒྲར་གསའི་སྐབས་སུ་
 བོད་ཁམས་ཡོངས་ལ་སུམ་རྟགས་དག་གསུམ་དར་རྒྱས་ཡག་པོ་བྱུང་བ་དེས་བོད་
 ཡིག་འབྲེལ་རྒྱས་ལ་ཕན་ཐོགས་ཆེན་པོ་བྱུང་ཡོད། དེང་དུས་སློབ་གྲུ་ཆེན་མོའི་
 ནང་དུ་དགོ་ཆུན་འགའ་ཞིག་གིས་རང་གིས་མི་ཤེས་པ་རྒྱ་མཚན་དུ་བྱས་ཏེ། སུམ་
 རྟགས་དང་། སྟོན་ངག་ལ་དགོས་པ་མེད་ཚུལ་བཤད་པས་སློབ་མ་ཚོས་ཀྱང་དེ་
 དག་ལ་དོ་སྣང་མ་བྱས་པའི་དབང་གིས། དེང་དུས་ཁམས་དང་ཨ་མདོའི་སྟོགས་
 རས་ཡིག་ཞོར་ཁ་བ་འབབ་འབབ་ཡོང་གི་འདུག་ སློབ་གྲུ་ཆེན་མོ་བ་ལྟ་ཅི། རབ་
 འབྲམས་པ་དང་། འབྲམ་རམས་པ་རྣམས་ཀྱི་དབྱེད་ཚོམ་ནང་དུ་ཡིག་ཞོར་དང་།
 ལྷག་པར་དུ་བྱ་ཚིག་རྣམས་ནི་འདས་མ་འོངས་གོ་ལྷག་སྟེ་འབྲི་མཁན་ཇེ་མང་དུ་

འགྲོ་བ་འདི་ནི་དགོ་ཆུང་ཁག་གཅིག་གིས་རང་གི་མི་ཤེས་པ་རྒྱ་མཚན་དུ་བྱས་ཏེ།
 ལུས་རྒྱལ་ས་དག་གསུམ་གལ་ཆེན་མ་ཡིན་པར་བཤད་པས། གཞིན་ཅུ་ནམས་གྱིས་
 ལུས་རྒྱལ་ས་དག་གསུམ་སྤང་མེད་དུ་བཏང་། ཁ་ནས་གང་བྱང་གི་ཡུལ་སྐད་ཡིག་
 ཐོག་དུ་བྲིས་པ་འདི་ཡིས། མ་འོངས་པར་བོད་ཀྱི་སྤྱི་སྐད་པར་ཞོགས། སྤྱིར་ཡིག་
 ཀྱང་མེད་པར་འགྱུར་བའི་ཉེན་ཁ་ལ་སླེབས་འདུག་པས། ཀྱན་གྱིས་བཙི་བཀྱར་བྱ་
 ཡུལ་སྤྲ་སྤྲུལ་དང་། དགོ་ཆུང་ནམ་པས་ཐུགས་བསམ་ལེགས་པར་བཞེས་ནས་
 གསུང་བཤད་གནང་ན་ལེགས་པར་སེམས། །དེ་བཞིན་དུ་དེང་དུས་སློབ་གྲྭའི་དགོ་
 ཆུང་གི་ཁོད་དུ་སྒྲན་དག་མེ་ལོང་མའི་གཞུང་ལ་མ་སྤྱོད་ནའང་ཚྭ་རིག་གསར་
 གཏོད་དང་། སྒྲན་ཚྭ་འབྲི་བའི་ལས་ཀ་བྱེད་ཐུབ་པའི་བཤད་སློབ་ཞིག་དར་བྱུང་
 ཡོད་འདུག་ཏེ་ནི་ས་སྐྱ་བརྩེ་ཏས།

སྤྱི་ཆབ་དང་ཉོས་པའི་བྱ།

གཡར་པོའི་རྒྱན་དང་བརྒྱས་པའི་ནོར།

སློབ་དཔོན་མེད་པའི་རིག་པ་ནམས།

ཡོད་ཀྱང་གཞན་གྱིས་བཙི་བ་མེད།

ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར། རིག་པའི་གཞུང་ལུགས་ལ་སློབ་གཉེར་བྱེད་མ་སྤྱོད་པའི་
 ཚྭ་པ་པོ་ཞིག་ཡོད་ན་དེ་ནི་གཞན་གྱིས་ཚྭ་ཆོས་སྒྲན་འཛེབས་ཅན་དག་ལ་
 དཔེ་བལྟས་ནས་ལད་ལློས་ཀྱི་ཚྭ་ཡིག་ཡིན་པ་སྤྱོས་མ་དགོས་པ་རེད། གལ་སྲིད་
 རྒྱ་ཡིག་གི་ཚྭ་དེབ་ཁ་ཤས་བཟླགས། དེ་ལ་དཔེ་བལྟས་པའམ་དེའི་དོན་བོད་
 ཡིག་དུ་བསྒྱུར་ནས་རང་ཚྭ་ཡིན་ཟེལ་གྱིས་འགྲེམས་སྤེལ་བྱས་པ་ནི་རང་ཚྭ་
 དངོས་མིན་པས། དེ་ལ་ཚྭ་པ་པོའི་སྤྱོད་ཡང་འཇུག་མི་སྲིད་དེ། ས་སྐྱ་བརྩེ་
 ཏས།

མ་དབྱེད་པ་ལས་དོན་གྲུབ་པ།

བྱང་ཡང་མཛངས་པ་སྤྲ་ཞིག་བཙི།

སྤྱན་འབྱུང་དག་གིས་ཐོས་པའི་རྗེས།

ཡི་གེ་བྱང་ཡང་ཡིག་མཁན་མིན།

ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །དེས་ན་སྟན་ངག་མེ་ལོང་མ་ནི་སྟན་ངག་གི་
 དཔེ་བཟོད་ཚྭ་ཚུལ་གཅིག་སྤྲོ་མ་ཡིན་པ། ཚྭ་རིག་གི་རིག་པའི་གཞུང་
 ལུགས་ཤིག་ཡིན་ཏེ། དེའི་ནང་དུ་ཚྭ་རིག་གི་ལུས་དང་། རྒྱ། སྟོན་སེལ་
 བཅས་སྟན་ཚྭ་གྱི་རིག་གཞུང་ཆ་ཆར་ཡོད་པའི་ཕྱིར་ན། པོད་ཡིག་གི་ཚྭ་
 པ་པོ་གྲགས་ཆེན་ཞིག་དུ་འགྱུར་བར་འདོད་པའི་གང་ཟག་གང་ཞིག་དེས་
 པར་དུ་སྟན་ངག་མེ་ལོང་མའི་གཞུང་མཐར་ཕྱིན་པ་ཞིག་བསྐྱབ་དགོས། །

ཁོ་པོའི་བསམ་ཚུལ་ནི། གནའ་པོའི་སྒྲོལ་རྒྱན་རིག་གནས་དང་། དེང་རབས་
 ཚན་རིག་གཞུང་ལུགས་གང་ཡིན་ཡང་ཆར་མ་རང་རང་གི་ཆེད་ལས་དང་བསྟན་
 བས་འབད་བཟོན་གྱིས་སྤྱང་དགོས་པ་ནི་སྟོས་མ་དགོས་པ་རེད། དེ་ལས་པོད་ཀྱི་
 སྐད་ཡིག་ཐོག་ནས་ཆོས་དང་འཇིག་རྟེན་གང་ཞིག་གི་རིག་གཞུང་བསྐྱབ་དགོས་
 བ། ཐོག་མར་སྤྲུལ་རྟགས་དག་གསུམ་དང་། སྟན་ངག་ ཆད་མའི་རིགས་ལམ་
 བཅས་སྤུལ་དུ་བྱུང་བ་ཞིག་མ་ཤེས་ཐབས་མེད། དེ་དག་མི་ཤེས་པ་དག་གིས་རིག་
 གཞུང་གསར་རྟོང་གང་ལ་བསྐྱབ་དགོས་ཀྱང་དཀའ་ངལ་ཆེ་བ་མ་ཟད། པོད་ཡིག་
 ཐོག་ལས་ཀ་བསྐྱབ་དགོས་ནའང་སྤྲིང་ཆད་ཅན་གྱི་ལས་ཀ་བསྐྱབ་མི་བྱུང་པ་ནི་
 བཤད་མ་དགོས་པ་རེད། །

མ་ཤེས་པ་ནི་དགོས་མེད་མིན། །

མ་མཐོང་པ་ནི་མེད་པ་མིན། །

མ་བརྟག་པ་ནི་ཤེས་རབ་མིན། །

མ་རིག་པ་ལ་དོགས་ཟོན་མཛོད། །

ཅེས་པ་པོད་ཀྱི་རིག་གནས་ཀྱི་འབྱུང་ཁུངས་སྟོབ་ལྷ་དང་དགོན་པའི་ནང་དུ་རིག་གནས་འཁེལ་
 རྒྱས་ལ་གནོད་པའི་ལབ་སྒྲིང་གི་གཏམ་ཉོག་འགའ་ཞིག་ཐོས་པར་ཆེན་བྱས་ནས་པོད་ཀྱི་རིག་
 གནས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཆར་གཞི་སྤྲུལ་རྟགས་དག་གསུམ། སྟན་ངག་ །བསྐྱབ་ལྷ་བཅས་ཀྱི་རིན་
 ཐང་མདོར་ཅོམ་བཟོད་པ་འདི་ནི་རྒྱལ་ཁམས་པ་བྱུང་བསྟན་ཕུན་ཚོགས་དེས། སྤྱི་ལོ་༡༠༡༤ལོའི་
 ཟླ་བ་དང་པོའི་ཆོས་༡༩ཉིན་རྒྱ་ནག་པེ་ཅིང་གོང་གི་ཀྱང་དབྱང་མི་རིགས་སྟོབ་ལྷ་ཆེན་མོའི་རང་
 ཤག་ནས་སྤྲིངས་སོ། །

དགོན་ཆེན་མཁན་པོའི་དགག་ལན།

2016.1.26

འདྲེ་ཉལ་ཉལ་བ་ལ་ཕན་གྱིས་བསྐྱོགས། །འབྲུ་ཉལ་ཉལ་བ་དེ་ཐུར་རུས་
སྒྲོང་། ཟེར་བ་ལྟར་ཁ་སང་འཁྲིན་ཐུང་ནང་དུ་ཁོ་པོས་མཁན་པོ་ཚུལ་ཁྲིམས་སྒོ་
གོས་གྱི་བརྒྱས་གྱའི་སྒྲོར་གསུང་པ་ལ་བཀོ་སྒྲིང་ཞིག་གིས་ཡོད་པ་དེ་ལ། དགག་
པ་ཡིན་ཟོལ་གྱིས་ཚྭ་ཉོབ་ཅིག་གིས་འདུག་པ་དེ་ལ་བལྟས་པ་ཅམ་གྱི་བོད་ཡིག་
ཐབས་ཆག་ཅམ་ཤེས་མཁན་ཞིག་གིས་གིས་པར་སེམས། དེར་དུས་བྱ་ཐོག་དུ་དེ་
ལྟར་གང་དུན་འབྲི་མཁན་མང་སྟབས། རྒྱུ་མའི་གྲ་རྒྱུང་ལས་དང་པོ་པ་ཞིག་
གིས་གིས་ཡོད་ཆགས་གྱིས་སྤང་མེད་དུ་བཞག་པ་ཡིན། རྗེས་སུ་ཚྭ་ཡིག་དེ་ནི་
དགོན་ཆེན་དགོན་པའི་མཁན་པོ་བཟོད་པ་ལྷ་བ་ཞིག་གིས་གིས་གནང་བ་མ་ཟད།
དགོན་ཆེན་མཁན་ཆེན་སྐལ་ལྷན་ཆེ་རིང་གིས་ཀྱང་དེ་ལ་བསྐྱགས་བཟོད་གནང་
ཡོད་པ་མཐོང་བྱུང་བས། མཁན་ཆེན་སྐད་གཤམ་ཅན་དེ་དག་གིས་ཀྱང་ཁོ་པོའི་
ཚྭ་ཡིག་གཟིགས་སྒྲོག་གནང་བ་མཐོང་པ་ལ། མ་གྲས་དབྱར་རྒྱུ་ཐོས་པ་
ལྟར་དགའ་བ་འབྲུམ་གྱིས་བརྟན་ཏེ་དབྱུང་ཚྭ་དེ་ཡང་དུ་ལན་གཅིག་བསྐྱགས་
པའི་རྗེས། དེར་སང་ཤེས་ཡོན་འདི་ལྟ་བུ་ལའང་མཁན་པོའི་མིང་འདོགས་ཆོག་
པ་ནི་དུས་སྟོགས་མ་ནང་གི་སྟོགས་མ་དང་། ཤེས་ཡོན་འདི་ལྟ་བུ་ཅན་ལའང་
དད་པ་བྱེད་མཁན་གྱི་བདག་ཅག་སྟོགས་མའི་འགོ་ནམས་སྟོང་རེ་རྗེ་བསམ་པའི་
སྐལ་སྒྲོང་གིས་མིག་བྱུང་མཆི་མས་བརྒྱན་ཞིང་སྟོང་རྗེའི་གདུངས་དབྱངས་ངང་
དུ་འདི་སྐད་བཟོད་དོ། །

འགོ་མགོན་ས་སྐྱ་པའ་ཆེན་དང་། །

གོ་ཤུག་སྟག་གསུམ་ལ་སོགས་པ། །

དཔལ་ལྷན་ས་སྐྱའི་མཁས་དབང་རྣམས། །

སྤྱིགས་རྒྱས་མཁན་པོར་སྤྱིར་རྗེས་སྤྱོད་ས། །

གནའ་རྒྱས་དགོན་ཆེན་བཤད་གྲ་ཞེས། །
མཁས་བཅུན་སྟོང་གི་འབྱུང་གནས་གྲགས། །
དེར་རྒྱས་མཁན་པོའི་བྲི་འཛིན་ནམས། །
ཡུང་རྟོགས་གཉིས་ཀྱི་བྱང་མ་ཤེས། །

འཛིག་རྟོན་འགལ་བའི་སྟན་ངག་དང་། །
ལོ་རྒྱས་ཚོངས་པའི་འཆལ་གྱུ་དང་། །
བརྟ་དག་འགལ་བའི་ཡིག་རྫོབ་ནམས། །
དགོན་ཆེན་མཁན་པོའི་ལྷགས་ཚུལ་རེད། །

བྱུང་ཆེན་མཁའ་ལ་ལྷིང་པའི་བྱལ། །
སྤྱིག་པ་མ་བྱས་གཤོག་ཚལ་རོམས། །
རྒྱ་སྟག་ནགས་སུ་འཕྱོར་བའི་བྱལ། །
མ་སྤྱིས་རྒྱལ་པོར་བརྒྱས་ལ་སྟོས། །

སྤྱིས་སྟོབས་ཤེས་རབ་མེ་ལྟར་འབར། །
སྤྱིར་བཅོན་ཤེས་རབ་རྒྱང་ལྟར་འཚུབ། །
མདོ་རྒྱད་མ་ལུས་ཁོང་རུ་ཚུད། །
གནའ་པོའི་དགོན་ཆེན་མཁན་པོ་ཡིན། །

སྟོབ་གྲ་ཆེན་མོའི་སྟོ་མ་མཐོང་། །
གཞུང་ཞབས་པ་ལ་རྒྱགས་མ་འཕྱོད། །
དགོན་གསེབ་ཕོ་མོ་གང་ཐོབ་རྒྱ། །

དེང་རུས་མཁན་པོཾ་བྱང་ཚས་རིད། །

བྱོང་གིས་ཁོ་པོ་དགག་ཡིག་འགོར། །

ཁོ་པོཾ་ཚྱམ་ལ་དཔེ་བསྟུས་ནས། །

ཤོ་ལ་ཀ་གཅིག་བྲིས་པཾ་ནང་། །

ཚིག་འགལ་དོན་ནོར་ཆར་ལྟར་འབབ།

བཟོད་པཾ་ཚྱམ།

བཀའ་བསྟན་དགོངས་པཾ་སྟོང་དགྱེལ་རུ། །

ལྟར་རུ་བཟོད་པཾ་ཐབས་ལམ་ཆེ། །

བསྟུས་གྲུཾ་རྒྱང་རྟ་ཅམ་མིན་པ། །

རིགས་གཏིར་རྟ་བརྟན་ཞོན་ན་ལེགས། །

ཁོ་པོཾ་ལན།

རྒྱལ་བཾ་བསྟན་པ་ལུང་རྟོགས་གཉིས། །

དགོངས་པ་རྟོགས་པཾ་མཆན་གཞི་དང་། །

བཀའ་བསྟན་བཟོད་བྱ་ལུང་གི་དོན། །

ལུང་རྟོགས་དབྱེ་བ་མ་དགོངས་སམ། །

བཟོད་བྱ་དོན་དང་ཚོད་བྱེད་གྱི། །

མཆན་མཆོན་དབྱེ་བ་མ་འབྱེད་ན། །

ཚད་མ་ལྟ་ཅི་བསྟུས་གྲུཾ། །

རིགས་ལམ་ཅམ་ཡང་རྟོངས་པ་ཤེས། །

རྟ་བརྟན་ཉི་མཾ་མངོན་བཟོད་ཡིན། །

ཉི་མ་ཞོན་སྟོལ་སྟིད་ན་མེད། །

འདི་ལ་སྟན་ངག་མེ་ལོང་ལས། །

འཇིག་རྟེན་འགལ་བའི་དཔེར་བཞིན་ཟེར། །

ཁྱོད་ཀྱིས་དགག་དོན་གཙོ་བོ་ནི། །
བསྐྱུས་ཀྱི་པོད་ཀྱི་གསར་བཞེ་ལས། །
རྒྱ་གར་ཡུལ་ལ་མེད་པས་ན། །
དེས་ན་ལོ་རྒྱུས་ཚོངས་སོ་ཟེར། །

ཡང་གཅིག་ཁྱོད་ཀྱིས་རྟགས་གསལ་ལས། །
སྟོན་ཁྱོད་འཕགས་ཡུལ་མཁས་གྲུབ་རྣམས། །
དབྱ་ཚད་མཁས་པ་མིན་པར་ཐལ། །
དེ་དག་བསྐྱུས་ཀྱི་མེད་ཕྱིར་ཟེར། །

ལོ་རྒྱུས་དབྱུད་གཞི་བྱངས་སྟོན་དགོས། །
གཞན་ཟེར་རྗེས་རྒྱུས་ལོ་རྒྱུས་མིན། །
ལྷ་པ་ཚོས་ཀྱི་སེང་གེ་ཡི། །
བསྐྱུས་གཞུང་ཡིག་ཆ་གང་འདུག་སྟོས། །

སྒྲིབ་ཞག་འཇིན་ཞིང་ཐལ་ཞག་འཕེན། །
གཟུགས་སྒྲིབ་བཅིངས་ཤིང་རྟོག་རྟེན་བྱེད། །
ཚོད་པའི་གར་གྱི་ཉམས་འགྱུར་འདི། །
ལྷ་པས་མཛད་ཅིས་པོད་ལ་གྲགས། །

འོན་ཀྱང་དེང་རུས་ཁ་དོག་སོགས། །
རིགས་ལམ་སྤྱི་ཚོགས་རྣམ་བཞག་འདི། །
དགོ་སྤྲོད་ཁྱོད་ན་དར་ཆེ་ཡང་། །

ཐོག་མར་སྤྱད་བྱས་དབྱང་པའི་རྒྱ། །

གལ་ཏེ་བསྐྱས་གྲའི་རིགས་ལམ་གྱི། །

བྱང་ཁྱུངས་རྒྱ་གར་མ་ཡིན་ན། །

ས་པར་ཚད་མ་རིགས་གཏེར་གྱི། །

བྱང་ཁྱུངས་རྒྱ་གར་མིན་པར་ཐལ། །

རིག་པའི་དབང་ཕྱག་རྣམ་གཉིས་གྱིས། །

གདུལ་བྱར་བསྐྱན་པའི་རིགས་ལམ་གཞུང་། །

དབང་པོ་རབ་འབྱིང་ཐ་གསུམ་ཆེད། །

རིགས་ཐིགས་རྣམ་ངེས་རྣམ་འགྲེལ་མཛད།

རྣམ་འགྲེལ་གཞུང་ལ་ཁྱུངས་བཙུལ་ནས། །

པོད་གྱི་བསྐྱས་གྲའི་རིགས་ལམ་སྤེལ། །

རྒྱ་འབྲས་འབྲེལ་པ་མི་ཤེས་མཁན། །

གནག་ཕྱགས་རྩི་པོའི་ཁྲོད་ནའང་ཉུང་། །

སྤྱ་པས་བསྐྱས་གཞུང་མཛད་པ་དེ། །

ཁྱུངས་མེད་གསར་བཙོ་ཡིན་ཟེར་ན། །

འོ་ན་ཁྲོད་ཅག་དགོར་ཆོག་གི།

འདོན་ཆོག་ནང་ཆོས་མིན་པར་འགྱུར། །

འདྲ་ཆོག་ཀུན་རིག་ཞི་ཁྲོ་སོགས། །

འདོན་ཆོག་བཀའ་བསྐྱན་གང་དུ་བཞུགས། །

འདོད་ན་རྒྱན་དུག་མཆོག་གཉིས་སོགས། །

སྤྱི་བ་སྤྱོད་ཅམ་ལའང་སྤྱོད་ས་པ་ཐལ། །

ཚད་མའི་གཞུང་དང་བརྩམ་གྱུ་གཉིས། །

རྒྱ་འབྲས་འབྲེལ་བ་མ་ཤེས་ན། །

རྣམ་འབྲེལ་བསྐྱུག་ཀྱང་གོ་དཀའ་ཡང་། །

ཁོ་ཐོའི་བྱིས་པའི་གར་སྤྱིགས་གཟིགས། །

ཆོག་དོན་འགལ་འཛོལ་སྤང་པོ་ཡི། །

ཁྱོད་བྱིས་བྱིས་པའི་གཏམ་ཉིག་གཞན། །

གད་སྤྱིགས་ཁྱོད་རུ་དབྱུག་པ་ལས། །

བཀའ་ལན་ཕུལ་བ་དགོས་མེད་མཐོང་། །

སྤང་ནས་ཆོས་ཀྱི་ངོ་ཐོ་དང་། །

ངེས་ཆོག་ལྟར་རྟོག་རྣམ་བཞག་བཅས། །

སྤམ་རྟགས་སྒྲན་ངག་ལ་སོགས་པ། །

ལེགས་པ་སྤྱོད་ས་དང་མཁས་པར་འགྱུར། །

སྤོན་རུས་དགོན་ཆེན་མཁན་པོ་ཞེས། །

ཐོས་པ་ཅམ་བྱིས་དད་འདུན་འཕེལ། །

ད་ནི་སྤེ་དགའི་མངའ་འབངས་ལ། །

སྤྱིར་རྗེའི་སེམས་བྱིས་མིག་ཆུ་བརྒན། །

ཆོས་དོར་གཉིས་མེད་རྒྱལ་ཁམས་པར། །

དོར་བྱི་མཚོད་རྣམ་རིང་དབུལ་ཡང་། །

མཁས་པ་དབྱེས་པའི་གཏམ་གྱི་རྩལ། །

སྒྲུབ་པའི་སྤྲུང་བའི་འདི་འབེལ་ལ། །

སྒྲུབ་པོ་རྣམས་ནི་འོར་ལ་དགའ། །
 འདོད་ལྡན་རྣམས་ནི་སྤྲུང་པར་དགྱེས། །
 མཁས་པ་དགྱེས་པའི་ལེགས་བཤད་གྱི། །
 གཏམ་འདི་ལྷོགས་གྱི་སྤྲུང་བའི་འབེལ། །

བྱིས་པས་མཐོང་ན་མཚར་བའི་རྒྱ། །
 མཁས་པས་མཐོང་ན་དབྱང་པའི་རྒྱ། །
 བཅུན་པས་མཐོང་ན་བཟོད་པའི་རྒྱ། །
 ལེགས་བཤད་ཀྱན་འདུས་སྤྲུང་བའི་འབེལ། །

ཞེས་པ་དགོན་ཆེན་དགོན་པའི་མཁན་ཆེན་རྣམ་གཉིས་ཀྱིས་ཁོ་བོ་ལ་དགག་པ་གནང་བའི་
 ལན་དུ་ཤར་དཔལ་སྤངས་པའི་ཁྱང་འདབས་སུ་སྤྲུང་ཤིང་མི་ཚོས་མཐར་སྤྲུལ་བའི་རིགས་ལམ་
 སྤྲུང་བའི་རྒྱལ་ཁམས་པ་ཐུབ་བསྟན་སུན་ཆོགས་དེས། ལྷིལ་༢༠༡༦ལོའི་ཟླ་བ་དང་པོའི་ཚེས་༢༤
 ཉིན། རྒྱ་ནག་པེ་ཅིང་ཁྱང་གི་ཀྱང་དབྱང་མི་རིགས་སློབ་ཤྲ་ཆེན་མོའི་རང་ཤག་ནས་སྤྲུང་།

རྒྱལ་ཁམས་པའི་བདེན་གཏམ་ས་གཞི་འདར་བའི་འབྲུག་ཟླ།

2016.1.28

མར་མི་བརྒྱད་པའི་བྱིན་རྒྱལས་སྤྱིར་ལ་ཞུགས། །
དུགས་བརྒྱད་བརྟན་པའི་འོད་སྤང་སྤྱིར་འདྲིར་འབྱེད། །
རང་ཚུགས་མ་ཉམ་སེང་ཆེན་གཡུ་རལ་ཅན། །
གནའ་ཐོའི་དུས་ནས་དཔལ་སྤྱངས་ཆོས་སྡེ་གྲགས། །

ཉོར་སོག་འཛིགས་པའི་དམག་གིས་ཐོད་ཁམས་བཙུམ། །
དུགས་བརྒྱད་བརྟན་པ་ཅུབ་རིའི་ཕག་རྩ་སྤྱེལ། །
བཀའ་དགོན་ཕལ་ཆེར་བཞུག་རུ་གྱུར་པའི་དུས། །
སེར་འབྲས་བྲི་ལ་སི་རུ་པའ་ཆེན་འབྱིངས། །

མི་དབང་ཕོ་ལྷས་གསེར་གྱི་དགྲིས་ཞལ་གཟིགས། །
མདོ་ཁམས་ཞབས་རྒྱང་ཅོད་པན་ཞབས་གིས་སྤྱངས། །
ཐོད་ཁམས་ཡོངས་ལ་བརྩོན་བརྟན་པ་སྤྱེལ། །
བྱ་མི་གཉིས་པ་ཆོས་ཀྱི་འབྱུང་གནས་གྲགས། །

འཕགས་ཡུལ་མཁས་པས་པའ་ཆེན་མཆོན་གྱིས་བསྟོད། །
ལེགས་སྦྱར་སྤྱིར་ལུང་རིག་དག་ཐེར་གནང་། །
མདོ་སྤགས་རྩི་མེད་ཐོད་རུ་སྤེལ་བ་ལ། །
ལྷ་རིག་སྤྱོད་སྤྱིར་དཔལ་སྤྱངས་རྒྱན་རུ་བསྐྱུན། །

ཟབ་མོ་ལྷ་བ་རྒྱ་ཆེན་སྟོན་པའི་གཞུང་། །

ཤིང་ན་གཉིས་གྱི་ལམ་སྲོལ་ངི་བཞིན་དུ། །
བསྐྱབ་གསུམ་ནམ་དག་ཕྱག་ལེན་སྲེལ་བ་ལ། །
ལྷ་ཐོགས་ནམ་གཉིས་སྤར་ཡང་ཕྱོན་པ་བཞིན། །

ནམ་དག་འདུལ་ཁྲིམས་མིག་འབྲས་བཞིན་དུ་སྤང་། །
རྒྱལ་སྲས་སྦྱོད་པས་འགྲོ་ཀུན་བུ་ལྟར་བཅེ། །
གསང་ཆེན་ལམ་གྱི་ནལ་འཕྱོར་རི་སྲལ་ཁུལ། །
སྒྲིམ་གསུམ་ནམ་དག་དཔལ་སྤངས་ཆོས་སྒྲེའི་ལྷགས། །

བཟོ་གསོ་སྤྱ་ཆད་ཚིས་རིག་སྒྲན་གཞུང་དང་། །
བཀའ་པོད་ལྷ་དང་རྒྱུད་སྒྲེ་བཞི་ལ་སོགས། །
ཐོས་བསམ་བསྐྱབ་གཉེར་སྦྱགས་རེར་མ་སོང་བར། །
མཐའ་དག་བསྐྱབ་པ་དཔལ་སྤངས་ཆོས་སྒྲེའི་ལྷགས། །

བྱད་པར་མདོ་ལྷགས་ཀུན་གྱི་ཡང་ཆེ་མཆོག།
བབ་གསང་སྒྲིང་པོ་བསྐྱས་པ་རེས་དོན་གཞུང་། །
ནང་བཀྲག་རྒྱུད་གསུམ་རྣམ་ཆོས་དུག་ལ། །
འཆད་ཉན་ཚལ་འདོན་དཔལ་སྤངས་ཆོས་སྒྲེའི་ལྷགས། །

མི་བསྦྱོད་ཡབ་སྲས་དགོངས་པའི་སྒྲིང་གི་བཅུད། །
མཐའ་བཞི་སྒྲོས་བྲལ་དབུ་མ་ཆེན་པོ་དང་། །
རེས་དོན་མཐར་ཐུག་གཞན་སྒྲིང་དབུ་མ་གཉིས། །
འགལ་མེད་རྟོགས་པ་དཔལ་སྤངས་ཆོས་སྒྲེའི་ལྷགས། །

གངས་སྒྲིངས་རྒྱལ་བསྐྱན་མང་ནས་འཇིག་པའི་ཆོ། །

དམ་པའི་ཐུགས་བརྒྱད་ལྷུང་མའི་མཐུ་ཚལ་གྱིས། །
ནང་རྟེན་བརྒྱགས་ཀྱང་ཕྱི་ཡི་གཙུག་ལག་ཆེ། །
སྤྱིགས་མའི་འགྲོ་ལ་དད་པའི་རྒྱན་ཏུ་བཞུགས། །

ཁྱ་ཡངས་སྤྱིད་རྒྱས་བསྟན་པ་བསྐྱར་དར་སྐབས། །
ཐོད་ཁམས་ཡོངས་ལ་དགོན་སྡེ་གསར་ཏུ་བཞེངས། །
ཐོས་བསམ་སྒྲོམ་པའི་འབྲས་བཟང་གསར་ཏུ་སྒྲིན། །
བཤད་སྐྱབ་ལས་གསུམ་སྤྱན་ལས་ཁྲ་ལྟར་རྒྱས། །

ས་དགེ་རྟིང་གསུམ་ཐོན་བཅས་རང་ལྷགས་བསྐྱངས། །
བཀའ་ལྷགས་འགའ་ཞིག་སྤྲད་འཛོང་མ་བཞིན་འབྱལ། །
མར་མི་དྲགས་གསུམ་བདེ་རྒྱལ་ཕག་གསུམ་དང་། །
ཐུག་ཆེན་དགོངས་དོན་ལམ་ཁའི་རྩ་བཞིན་དོར། །

མཁན་ཆེན་ཚུལ་བྲིམས་སློ་གྲོས་ཞལ་སྤྲོ་ནས། །
བདེན་པའི་གདམས་ངག་བདུད་ཅི་ལྟ་བུའི་ཆོག།
དབུ་མགོ་རུལ་བ་ཤངས་ཀྱིས་མ་ཆོར་བའི། །
བཀའ་བརྒྱད་པ་རྣམས་གསུངས་པ་དོན་དང་ལྡན། །

དེང་རུས་བཀའ་ལྷགས་དཔལ་མཚུར་རྣམ་གཉིས་ལས། །
རང་ཚུགས་སྐབ་པའི་བཀའ་དགོན་ཤིན་ཏུ་དཀོན། །
འབྲི་རྒྱའི་ཤར་རུབ་ནང་ཆེན་སྟོད་སྤྲད་སོགས། །
མགོ་རུལ་བཀའ་བརྒྱད་བྱི་བའི་ཆང་ལྟར་བརྒྱལ། །

དགེ་ལུན་བྲན་གཡོག་རྟིང་མའི་སྤྲད་འཛོང་བཞིན། །

ཕྱག་ཆེན་དོར་ཁིང་ཕྱག་གཡོག་རྒྱག་མཁན་ནམས། །
 ཐུའུ་བཀྱན་རྗེ་དང་ཚུལ་ཁྲིམས་སློ་གོས་གྱི། །
 ཞལ་གདམས་འདི་ཉིད་ཐུགས་གྱི་དགྱིལ་དུ་ཆོངས། །

མར་མི་བརྒྱད་པའི་ཟབ་ལམ་ཆོས་རྒྱག་དང་། །
 དུགས་བརྒྱད་སྟིང་པོ་གོལ་ལམ་བཀའ་ཕྱག་བྱང་། །
 གདམས་ངག་བརྒྱད་ཅིའི་དྲོད་རྒྱངས་མ་ཡལ་བ། །
 དེང་གི་དུས་སུ་དཔལ་སྤངས་ཆོས་སྡེར་བཞུགས། །

རྒྱན་རྒྱག་མཆོག་གཉིས་དགོངས་བརྒྱད་དྲི་མེད་གཞུང་། །
 གངས་ཅན་མཁས་པའི་རྒྱན་བཞིའི་གདམས་ངག་བཅས། །
 བཀའ་པོད་ལྷ་དང་རྒྱད་སྟེའི་མཐའ་དབྱེད་སྒྲ། །
 དེང་གི་དུས་སུ་དཔལ་སྤངས་ཆོས་སྡེར་སྒྲིགས། །

མར་རྫོག་བརྒྱད་པའི་ཟབ་མོའི་རྒྱད་གཞུང་དང་། །
 དཔལ་ལྷན་དུགས་པོའི་མདོ་ལུགས་ཕྱག་ཆེན་གཞུང་། །
 སྟིང་པོ་གཅིག་བསྐྱས་ནང་བརྟག་རྒྱད་གསུམ་ལ། །
 ཟབ་ཆོས་མཛད་པ་དེང་འདིར་དཔལ་སྤངས་ལུགས། །

བྱ་སྟོན་ཆོས་རྗེ་འབྲུག་པ་པད་དཀར་སོགས། །
 ཆེ་བཞི་རྒྱང་བརྒྱད་མཁས་པའི་དགོངས་བརྒྱད་གྱི། །
 མདོ་རྒྱད་སྱི་ཡི་ནམ་བཤད་མ་ལུས་པ། །
 ཆོང་ལ་མ་ནོར་འཆད་ཉན་དཔལ་སྤངས་ལུགས། །

བཀའ་བབས་བཞི་ལྷན་ནུ་རོ་ཆོས་རྒྱག་དང་། །

གསེར་ཚོས་ལྷ་ལྷན་ཤངས་པའི་གདམས་ངག་གཉིས། །
གཅིག་རྩ་མ་འདྲིས་སྐྱབ་སྡེ་སོ་སོ་རུ། །
ཉམས་སྤྱ་ལེན་པ་དེར་རྩས་དཔལ་སྤངས་ལྷགས། །

སི་རྩའི་འགྲེལ་ཆེན་ཐོད་མཁས་སྐྱན་འགྲེལ་དང་། །
དཀར་ནག་ཅིས་གཞུང་ཉེར་མཁོ་བྱམ་བཟང་སོགས། །
རང་ལྷགས་ཉམས་མེད་བྱན་མོང་རིག་གནས་ལ། །
འཆད་ཉན་སྡེལ་བ་དེར་རྩས་དཔལ་སྤངས་ལྷགས། །

ཆོས་གྲགས་དགོངས་པའི་རིགས་ལམ་འབྲུག་ལྟར་གྲགས། །
ཚོད་པའི་གར་གྱི་ཉམས་འབྱུར་སྒྲོག་ལྟར་འབྲུགས། །
ཚུལ་གསུམ་ངག་གི་ལྷང་རིགས་ཆར་ལྟར་འབབ། །
མདོ་ཁམས་བསྐྱན་པའི་མངོས་རྒྱན་དཔལ་སྤངས་དགོན། །

དུགས་བརྒྱད་སྟོང་པོ་གངས་རིའི་རང་མདངས་ལ། །
དམར་སེར་ཁྲ་སོགས་མདོག་གཞན་མ་ལྟ་དཔར། །
གོ་ལའི་གཙུག་ན་གངས་རིའི་རྒྱལ་མཚན་ལྟར། །
བཀའ་ལྷགས་རྣམ་དག་དཔལ་སྤངས་ཆོས་སྡེར་བཞུགས། །

སི་གོང་རྣམ་གཉིས་རྒྱལ་སྤྱིའི་མཁའ་ལ་མངོས། །
དཔོན་མཁྱེན་གཉིས་ཀྱིས་དྲི་མེད་བཀའ་བསྐྱན་སྡེལ། །
བཤད་སྐྱབ་གཉིས་ལྷན་དཔལ་སྤངས་ཆོས་འཁོར་སྤྱིར་། །
འཁོར་ལོ་གསུམ་ལྷན་སྤྱན་ལས་དེར་འདྲིར་རྒྱས། །

ཕ་ཡུལ་སྤངས་པས་ཡུལ་ལ་ཞེན་པ་བྲལ། །

ཆོས་དད་སྤངས་པས་གྲུབ་མཐའི་ཕྱོགས་རིས་དབེན།
 ས་མཐར་འགྲིམས་པས་བོད་ཀྱི་ལ་རྒྱ་མེད། །
 རྣམ་བཤད་འདི་ནི་རང་བཞིན་བརྗོད་པ་ཡིན། །

ཞེས་ཤར་དཔལ་སྤངས་ཐུབ་བསྟན་ཆོས་འཁོར་སྤྱིང་གི་རྣམ་བཤད་བདེན་གཏམ་ས་གཞི་
 འདར་བའི་འབྲུག་སྤྱི་ཞེས་པ་འདི་ནི་རྒྱལ་ཁབ་ས་ཐུབ་བསྟན་ཕུན་ཆོགས་དེས། ཕྱི་ལོ་
 ༢༠༡༥ལོའི་ཟླ་བ་དང་པོའི་ཆོས་ལ་ཉིན། རྒྱ་ནག་པེ་ཅིང་གོང་གི་གྲུང་དབྱང་མི་རིགས་སློབ་གྲྭ་
 ཆེན་མོའི་རང་ཤག་ནས་སྤྱིངས། །



པཌ་ཆེན་རིན་པོ་ཆེས་ཐོད་ཀྱི་དམངས་སྤྱོད་རིག་གནས་ལ་

ཕྱགས་སྤྱོན་མཇུག་པ།

2016. 2.5

རང་ལྷགས་ཀྱི་དམངས་སྤྱོད་རིག་གནས་ཕྱགས་སྤྱོན་བྱ་དགོས་ཟེར་བ་དེ། མི་
 རིགས་གཞན་གྱི་རིག་གནས་ནང་འདྲེན་ལ་བཀག་འགོག་བྱ་དགོས་པའི་དོན་མིན།
 རང་གི་རིག་གནས་མ་ཉམས་པའི་ཐོག་དུ་མི་རིགས་གཞན་གྱི་རིག་གནས་ནང་
 འདྲེན་དང་བེད་སྤྱོད་བྱས་ན། རང་གི་རིག་གནས་ལྷག་པོར་འགྱུར་བ་པན་ཐོགས་
 ཡོད་པ་ཞིག་རེད། གནད་འགག་ཆེ་ཤོས་དེ་མི་རིགས་གཞན་གྱི་རིག་གནས་ཀྱིས་
 རང་གི་དམངས་སྤྱོད་རིག་གནས་ཀྱི་ཆབ་བྱས་ཏེ་བེད་སྤྱོད་བྱས་ན། དེས་རང་གི་
 རིག་གནས་དེ་རིགས་འགྱུར་གྱི་སྒྲོ་ནས་མེད་པར་འགྱུར་ངེས་རེད། (要保护本民
 族文化并不是说不能引用外来文化，引进并使用外来文化是起到更新
 和丰富本民族的文化。但不能用外来文化来替代本土文化，如果替代
 了就叫文化同化，最后导致本土文化消失。) དཔེར་ན། རྒྱ་རིགས་ཀྱིས་ཡེ་
 རྒྱའི་ལོ་སར་དུས་ཆེན་ཡང་གཏོང་། རྒྱ་ནག་རང་ལྷགས་ཀྱི་ལོ་གསར་དུས་ཆེན་
 ཡང་གཏོང་བ། དེས་མི་དམངས་ཀྱི་འཚོ་བ་ལ་བདེ་སྤྱིད་གསར་པ་ཞིག་ལ་སྤྱོན་
 བྱས་ཡོད་པ་ལས། རྒྱ་ལྷགས་ཀྱི་ལོ་གསར་རིག་གནས་ལ་གནོད་པ་གང་ཡང་བྱུང་
 ཡོད་པ་མ་རེད། འོན་ཀྱང་ཡེ་རྒྱའི་ལྷགས་ཀྱི་བག་སྟོན་གྱིས་རྒྱ་ལྷགས་བག་སྟོན་གྱི་
 ཆབ་བྱས་ནས་དུས་ལྷན་རིང་པོ་བེད་སྤྱོད་བཏང་ཡོད་པ་དེས། དེང་དུས་རྒྱ་
 ལྷགས་ཀྱི་བག་སྟོན་མཐོང་ཡས་མེད་པ་ཆགས་ཆར་པ་རེད། དེ་བཞིན་དུ་ཁམས་
 ཀྱི་སྤྱད་སྟོགས་དང་ཨ་མ་དོའི་སྟོགས་སུ་བོད་ལྷགས་ལོ་སར་གྱི་ཆབ་དུ་རྒྱ་ལྷགས་
 ལོ་སར་བཏང་པས་དེང་དུས་ལྷལ་གྱུ་དེ་དག་ལ་བོད་ལྷགས་ལོ་སར་གྱི་རིག་
 གནས་ཉམས་པ་མ་ཟད། རྩི་རིན་པོ་ཆེའི་དུས་མཆོད་སོགས་བོད་ལྷགས་སྤྱོད་རྒྱན་
 རིག་གནས་གལ་ཆེན་འགའ་ཞིག་ཉམས་པའི་མགོ་རྒྱུགས་ཤིང་ཡོད་པ་འདྲི་
 རེད། དེས་ན་པཌ་ཆེན་རིན་པོ་ཆེས་ཐོད་ཀྱི་དམངས་སྤྱོད་རིག་གནས་བསྐྱར་

གསོ་གནང་བ་ནི་བོད་ཁམས་ཡོངས་ཀྱི་རིག་གནས་གཅིག་གྱུར་ཡོང་བའི་ཐབས་
ལ་འབད་བཅོམ་གནང་པ་ཞིག་རེད། །ཕུན་རང་ཉིད་པའ་ཆེན་རིན་པོ་ལ་དང་
འདུན་ཐོག་མར་སྐྱེས་པའི་རྒྱུན་ནི། སྐབས་བཅུ་གཅིག་པའི་ཏང་གི་གྲུང་ཁྱའི་ཆང་
འཛེམས་གྲོས་ཚོགས་ཐངས་གསུམ་པའི་རྩིས་སུ་མི་རིགས་སྲིད་རྒྱུ་དོན་འབྱེལ་
བྱུང་བའི་སྐབས་ཀྱིས་ཁྱིལ་༡༩༥༧ལོར་ཁོང་དབུས་ལྷ་སར་ཕེབས་པའི་བརྟན་
འབྲིན་《པ་ཡུལ་དུ་བསྐྱོད་པ》（故乡行）ཞེས་པ། སྐར་མ་༢༠ཅན་ཞིག་ཡོད་པ་
དེ། ཁྱིལ་༡༩༥༧ལོར་དཀར་མཛེས་ཁུལ་སློག་བརྟན་ཁང་གིས་བོད་སྐད་དུ་བསྐྱར་
བ་དེ་མཐོང་པས་རྒྱུན་བྱས་ཏེ། པའ་ཆེན་རིན་པོ་ལ་དགའ་བ་དང་དང་པ་ཐོག་
མར་ཐོབ་པའི་རྒྱ་རྒྱུན་བྱུང་སོང་། སྐབས་དེ་བོད་ཀྱི་རིག་གནས་ཉམས་ཆགས་ཕྱིན་
ནས་ལོ་གངས་མང་པོ་ཞིག་བྱུང་བའི་རྒྱུན་གྱིས་ང་ཚོ་ཆང་མ་སེམས་ཤུགས་ཉམས་
ཡོད་པའི་སྐབས་སུ། ཁོང་གི་བརྩིད་ཉམས་ལྡན་པའི་སྐྱ་གཟུགས་དང་། སྤྱོད་པ་
ལྡན་པའི་རང་ཡུལ་དང་རང་རིགས་ཀྱི་རིག་གནས་སློབ་གསོ་ཡར་རྒྱས་གཏོང་
དགོས་པའི་བཀའ་སློབ་དེ་མངལ་དུས། ང་ཚོར་ཆང་མ་ལ་དགའ་བ་རབ་དུ་རྒྱས་
པའི་མིག་ཆུ་རང་དབང་མེད་པར་ཤོར་ཁིང་རང་ཉིད་བོད་མི་རིགས་ཤིག་ཡིན་
པའི་སྤྱོད་པ་པ་དང་། བོད་ཀྱི་རིག་གནས་དར་སྤེལ་ཚོགས་པའི་སྤྱི་དོན་སྤྱོད་པས་ཆེས་
ཆེར་བསྐྱོད་ཅིང་། སྐར་ཡོང་མ་སྐྱུང་པའི་རང་ཉིད་ལ་རྒྱལ་ཁ་ཆེན་པོ་ཐོབ་པའི་
ངང་ནས་མདུན་བསྐྱོད་བྱེད་བཞིན་པའི་ཚོར་སྤང་ཞིག་སྐྱེས་བྱུང་། པའ་ཆེན་རིན་
པོ་ཆེས་བོད་ཀྱི་སྲིད་འབྱོར་རིག་གསུམ་གང་ཅིའི་ཐད་ནས་ཤུགས་འགན་ཆེན་
པོར་བཞེས་ཏེ། ང་ཚོ་མི་རིགས་འདི་སྤྱི་ཚོགས་བདེ་འཇགས་དང་། དཔལ་འབྱོར་
ཡར་རྒྱས། རིག་གནས་གཅིག་གྱུར་ཅན་གྱི་སྤོན་ཐོན་མི་རིགས་ཞིག་ལ་འགྱུར་བྱུང་
པའི་འབད་བཅོམ་སྤོད་མེད་གནང་ཡོད་པ་ཆང་མས་མཁྱེན་གསལ་ལྟར་རེད། ཁོ་
བོས་འདིར་དམིགས་བསལ་ཞུ་ཡས་ལ། པའ་ཆེན་རིན་པོ་ཆེས་བོད་ཀྱི་དམངས་
སྤོལ་རིག་གནས་ཐད་ལ་བཞག་པའི་མཛོད་རྩིས་རང་ཉིད་ཀྱིས་གང་དུན་འགའ་
ཞིག་བརྩོན་རྒྱུ་ཡིན། ཁྱིལ་༡༩༥༧ལོར་ཁམས་ཕྱོགས་སུ་ཕེབས་སྐབས། ཐོག་མར་
དར་ཆེ་མདོ་ལ་ཕེབས་པ་དང་། རིན་པོ་ཆེ་ཉིད་ཀྱིས་བོད་གོས་མན་བས་ཤིང་།

གསོལ་ཆས་ཀྱང་ས་གནས་དཔོན་རིགས་རྣམས་དང་ལྷན་ཏུ་ཆམ་པ་དང་། ཤ་
 རྩེན་པ། ཤ་སྐམ། ཤ་ཚོས་མ། སུད། གྲོ་གཙུག། ཤ་མོག་མོག་སོགས་ཐོད་ཀྱི་བཟའ་
 བུང་རྣལ་མའི་རིགས་དེ་དག་གསོལ་ཞིང་། རང་གི་མི་རིགས་ཀྱི་ཆས་གོས་དང་།
 བཟའ་བུང་རྣམས་ས་གནས་རང་རང་གི་ཡུལ་སྡེལ་དང་བསྐྱུན་པའི་ཚོར་བ་
 སྦྱོང་ན་ཆེ་རིང་བ་དང་། ཉན་མེད་པ་སོགས་ཀྱི་ཕན་ལུས་ཡོད་པ་ཅན་ཡིན་པས་
 སྤང་སྦྱོབ་དང་རྒྱན་འཛིན་བྱ་དགོས་པའི་བཀའ་སློབ་སྤྱན་མིན་ནང་འཁོར་གྱི་
 འགོ་བྱིད་ལས་བྱེད་པ་རྣམས་དང་། སྤན་མོང་སྤྱི་བསྐྱགས་ཀྱི་ཚོགས་འདུའི་ནང་
 ཏུའང་ཐེངས་མང་གསུངས་པ་མ་ཟད། ལྷག་པར་ཚོགས་ཆེན་ཐོག་ཏུ་རང་གིས་
 རང་ལ་མཐོང་རྒྱུ་བྱ་མི་ཏུང་བ་དང་། མི་རིགས་གཞན་གྱིས་ཀྱང་རིག་གནས་
 མེད་པའི་བསམ་སྒྲོས་ཐོད་ཀྱིས་ཤ་རྩེན་བཟ་བ་དེ་སྒྲ་སྒྲིའི་སྦྱོང་པ་ཡིན་པ་དང་། རི་
 པན་གྱིས་ཉ་ཤ་རྩེན་པ་བཟ་བ་དེ་ཆོན་རིག་ཡིན་པས་ལུས་ཁམས་ལ་ཕན་པའི་སྐད་
 ཆ་བཤད་མཁན་དེ་ཆོ་རང་ལ་ཡོན་ཏན་མེད་པ་དང་། གངས་ཏུང་མི་རིགས་ལ་
 མཐོང་རྒྱུ་གི་སྐད་ཆ་རེད། དེ་གཉིས་ཤ་རྩེན་ཡིན་པ་འདྲ་བ་ལ་འབྲས་བུ་མི་འདྲ་
 བ་ཡོང་པའི་རྒྱ་མཚན་གང་ཞེས་བཀའ་བཀྱོན་གྱི་གསུང་ཐེབས་སྟབས། དེའི་རྩེས་
 ལུས་ས་གནས་ཀྱི་ལས་བྱེད་པ་འགའ་ཞིག་སྤྱོན་གཡོན་ཐལ་ཅན་ཆེ་བའི་བསམ་
 སྒྲོའི་ཤུགས་སྤྱོད་གྱིས་ཐོད་ཀྱི་རིག་གནས་ལ་མཐོང་རྒྱུ་བྱེད་མཁན་གྱི་རང་
 རིགས་ལས་བྱེད་པ་དེ་ཆོའང་པར་ཆེན་ཆིབས་སྐྱར་གནང་རྩེས་པལ་ཆེ་བས་ཐོད་
 གོས་གྱོན་པ་དང་། ཤ་རྩེན་གསོལ་བ་སོགས་ལ་མཐོང་རྒྱུ་མི་བྱེད་པ་མ་ཟད། ཁོ་
 རང་ཆོ་ཡང་དེ་བཞིན་གནས་སྐབས་ལག་ལེན་བྱེད་མཁན་ཞིག་ཆགས་སོང་། །དེ་
 བས་རིམ་བཞིན་རྟུ་རྩྱ་རྩྱེད་ཏུ་སི་ཁྱོན་ཞིང་ཆེན་ཐོད་ཡིག་སློབ་སྒྲ་དང་། དཀར་
 མཛེས། ཨྲེ་དགེ་སོགས་བརྒྱུད་ནས་ཆབ་མདོར་ཐེབས། ལམ་བར་ཏུ་ས་གནས་སོ་
 སོར་ཆོས་དང་རིག་གནས་བསྐྱར་གསོའི་སྒྲོར་ལ་སློབ་སྦྱོན་དང་། རྒྱབ་སྦྱོར་གང་
 མང་གནང་། ཨྲེ་དགེའི་དཔར་ཁང་ཆོས་མཛོད་ཆེན་མོའི་ཐོད་སྒྲན་ཁང་ལ་སློ་
 བྱང་ཕྱག་བྲིས་ཕྱག་བསྐྱར་མ་ཞིག་གནང་། ཆབ་མདོ་ཏུ་ཐོད་ཀྱི་སྐད་ཡིག་ལ་
 ཤུགས་སྤྱོད་དགོས་པའི་བཀའ་ཕབ་ནན་ཏན་བསྒྲུལ། དེ་ནས་སྤྱིར་ཁམས་དང་།

འབའ་ཐང་། རྒྱལ་ཐང་བཅས་ལ་ཕེབས་ནས་ས་གནས་སོ་སོ་ལ་བོད་ཀྱི་དམངས་སྤྱོད་རིག་གནས་ཞིབ་འཇུག་དང་ཉམས་གསོ་དགོས་པའི་བཀའ་ཚིལ་དང་། རོང་བཅོན་ཁ་བ་དཀར་པོ་ལ་གནས་མཆོད་མཛད་ཅིང་བྱིར་ཕེ་ཅིང་རུ་ཕེབས།

ཀྱང་དབྱང་སྐབས་བཅུ་གཅིག་པའི་ཀྱང་ཞུ་ཆང་འཛོམས་གྲོས་ཚོགས་ཐེངས་གསུམ་པའི་རྗེས་སུ་པའ་ཆེན་རིན་པོ་ཆེར་དཀར་འདོན་དང་། གོ་གནས་བསྐྱར་གསོ་བྱུང་བ་ནས་བཟུང་། བོད་མི་རིགས་ཀྱི་སྤྱི་འབྱོར་རིག་གསུམ་ཡར་རྒྱས་གཏོང་རྒྱུ་ལྟེན་ལ་ཐབས་བརྒྱ་རྒྱས་སྤྱོད་གི་འབད་བཅོན་ཆེན་པོ་གནང་བ་དང་། རྒྱས་མཆོད་ས་སྤྱོད་དང་། དམངས་སྤྱོད་རིག་གནས་ཉམས་གསོ་གནང་རྒྱུ་ཐད་ལ་ཐུགས་བཅོན་ཆེན་པོ་གནང་ཡོད་པ་དཔེར་ན། བདེ་སྐྱོད་ལུ་བྱ་བ་དང་། རྒྱ་འབྲུམ་སྐོས་ཀྱི་དགོན་སྡེ་ཆེ་ཤོས་དག་གིས་སྤྱི་ལོའི་རྒྱས་རབས་ཉི་ཤུའི་པའི་ནང་ཅམ་ནས་རྒྱ་ནག་ཞིང་ཆེན་ལོ་མོ་བེད་སྤྱོད་ཅིང་རྒྱ་ལུགས་ལོ་མར་བྱ་བའི་གོམས་སྤྱོད་ཞིག་ཆགས་ཡོད་པ་དེ་ལ། སྤྱི་ལོ་༡༩༥༧ལོ་པའ་ཆེན་རིན་པོ་ཆེ་སྤྱི་ཉིད་ཀྱི་པ་ལུ་མཆོ་སྤྱོད་ཞིང་ཆེན་ནང་རུ་གཟིགས་ཞིབ་ཕེབས་པའི་སྐབས་སུ་རྗེ་འབངས་རྣམས་ལ་བོད་ཀྱི་ལོ་གསར་རྒྱས་སྤྱོད་བྱ་དགོས་པའི་བཀའ་སྤྱོད་གནང་སྐབས་དེ་རྗེས་ལོ་རེ་བཞིན་མཆོ་སྤྱོད་སྤྱགས་སུ་བོད་ལོ་མར་བའི་མགོ་ཚུགས་པ་རེད་ཅེས་ཐོས། ཕེ་ཅིང་རུ་བོད་རང་སྤྱོད་སྤྱོད་ཀྱི་དོན་གཅོད་ལས་ཁྱུངས་དང་། པའ་ཆེན་རིན་པོ་ཆེའི་སྤྱི་སྤྱོད་ཡིག་ཆང་ལྟན་རུ་འགན་བཞེས་ནས། ཕེ་ཅིང་ཐུག་ལས་གནང་མཁན་གྱི་དབུས་གཅོད་ཁམས་གསུམ་གྱི་བོད་རིགས་ཐམས་ཅད་ལྟན་རུ་བོད་ལུགས་ལོ་གསར་གཏོང་ཞིང་། ཆང་མ་ལྟན་འཛོམས་ཐོག་བོད་རིགས་སྤྱི་དང་ལྟག་པར་གཞིན་རུ་རྣམས་ལ་བོད་ཀྱི་དམངས་སྤྱོད་རིག་གནས་ལ་བཙེ་བཀྱར་དང་དོ་དམ་བྱ་དགོས་པའི་བཀའ་ཚིལ་ཟབ་ནན་གནང་བ་མ་ཟད། སྐབས་དེར་“རྒྱས་འགོས་དར་སྤྱོད་”(时髦)ཆེ་ཤོས་དེ་ཕོ་མོ་ཆང་མས་སྤྱི་སྤྱོད་མགོ་དང་། དོར་མང་རག་རུང་ཁ་དང་། རུད་མེད་ཆོས་འཇུག་ཉིང་རིང་ཅན་གྱི་རྒྱ་དེ་རེད། དེ་ལ་པའ་ཆེན་རིན་པོ་ཆེས་བཀའ་བསྟོན་ལུགས་ཆེན་པོ་གནང་ཞིང་ཡོད་སྐབས། ལོ་མར་རྒྱས་སྤྱོད་ཀྱི་དགའ་འཛོམས་ཐོག་རུ་ཕོ་མོ་ཕལ་ཆེར་གྱིས་བོད་གོས་གྱོན་

ཡོད་ཅིང་། སྤྱི་ལུ་ལུ་དང་། རྡོ་མང་རག་དུང་ཁ་དང་། འཇུ་རྟ་རྟིང་རིང་གྲོན་མཁན་
 ཚ་བ་ནས་མཐོང་རྒྱ་མེད། པཱ་ཆེན་རིན་པོ་ཆེའི་བཀའ་གསུངས་ལ་ཆང་མས་ཡིད་
 ཆས་དང་གདོང་འཛིག་ཆེན་པོ་ཞུ་ཞིང་ཡོད། དེར་བརྟེན་གྲུང་དབྱང་མི་རིགས་
 སློབ་གྲྭ་ཆེན་མོའི་ཐོད་རིགས་སློབ་མ་རྣམས་གཙོ་བོར་གྱུར་པའི་ཕེ་ཅིང་ཐོད་
 རིགས་སློབ་མ་རྣམས་ཀྱིས་ལོ་སར་སྐབས་སུ་གནའ་དུས་ཐོད་ལྷལ་དབྱུག་གི་
 ལུགས་སློབ་ལྟར། ལོ་གསར་ཆོས་གཅིག་གི་ཉིན་མོར་ཞོགས་པ་སྤྱི་མོར་ལངས་
 ཤིང་གོ་སོ་སྤྱོད་མ་དང་། དར་དཀར་པོས་བཅིངས་པའི་ཆང་དམ་ཁྲིར་ནས་སློབ་རའི་
 བྱང་དུ་ཐོག་མར་དགེ་རྒན་རྣམ་པའི་བྱིམ་དུ་ལོ་སར་འཆམས་འདྲི་དང་ཆང་མུད་
 མཆོད་འབུལ་འགྲོ་ཞིང་། དེ་ནས་སློབ་གྲུའི་སྤྱོད་ཁང་ཕན་ཚུན་ལ་འཆམས་འདྲི་
 དང་ཆང་མུད་བཀྲུག་ཅིང་བེད་བེད་ལོང་ལོང་གི་སློན་ནས་འབྲུག་ཆ་དོད་པོའི་ལོ་
 སར་གཏོང་སློབ་ཆགས་ཡོད། །



པཱ་ཆེན་རིན་པོ་ཆེ་སྤྱི་ལོ་1982ལོའི་ཐོད་ལོ་སར་སྐབས་སུ་གྲུང་དབྱང་
 མི་རིགས་སློབ་གྲྭ་ཆེན་མོའི་ནང་དུ་ཕེབས་པ།

ཕྱི་ལོ་ 1994 ལོར་པའ་ཆེན་རིན་པོ་ཆེ་སྐྱ་གཤེགས་པའི་ལོ་དེར་པེ་ཅིང་གི་བོད་
 རིགས་ཡོངས་ཚོགས་གཅིག་གྱུར་གྱི་ལོ་སར་རྩལ་སྟོན་དེ་མཚུགས་ཚོགས་སོང་། རྒྱ་
 མཆོན་གཙོ་བོ་འབྲེལ་ཡོད་སྡེ་ཁག་གིས་པེ་ཅིང་བོད་མྱོངས་དོན་གཙོ་བོ་ཁང་གིས་
 བོད་རང་སྐྱོང་མྱོངས་ཁོངས་ཀྱི་བོད་རིགས་མ་གཏོགས་པ་ཞིང་ཆེན་གཞན་གྱི་
 བོད་རིགས་གཅིག་གྱུར་གྱི་ལོ་སར་རྩལ་སྟོན་གཏོང་རྒྱའི་ལས་ཀྱི་འགན་ཁུར་མི་
 ཆོག་ལབ་པ་རེད། དེས་ན་ལོ་དེར་བོད་མྱོངས་ཀྱི་བོད་རིགས་ནམས་ལོ་སར་རྩལ་
 སྟོན་སྐབས་སུ་ང་ཚོ་ཕྱིར་སྐད་བྱང་། དེ་ནས་བརྒྱུད་ང་ཚོ་ལ་ལོ་སར་གྱི་རྩམ་པ་
 དང་། མར་ཡང་གནང་མཁན་མེད་པར་ཆགས་སོང་། མར་དང་རྩམ་པ་དེ་དག་
 རིན་གོང་ཆེ་བ་ཞིག་མིན་ཡང་དེའི་རྩལ་པའི་རིན་ཐང་དེ་གཞལ་དཀའ་བ་ཞིག་
 རེད། །ཚོངས་པ་དང་རང་འདོད་ནི་མི་རིགས་ཡར་རྒྱས་དང་རིག་གནས་གཅིག་
 གྱུར་གྱི་བསམ་སྒྲིལ་བཀག་རྒྱ་ཆེ་ཤོས་ཤིག་ཡིན་ལ། བྱ་ངན་སྦྱོད་ངན་སྡེལ་བ་ལ་སྡེ་
 ཆོམ་མེད་པའི་སྤྱིང་སྟོབས་ཀྱི་འབྱུང་ཁུངས་ཤིག་ཀྱང་ཡིན། དཔེར་ན། པའ་ཆེན་
 རིན་པོ་སྐྱ་གཤེགས་རྗེས་སྡེ་དགའི་འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁུངས་ཀྱི་འགོ་བཟུང་དང་།
 སྤར་ཁང་གི་སོ་ཀྱང་གསར་པ་གཉིས་ཀྱིས་སྡེ་དགའི་དཔར་ཁང་གི་བོད་སྐད་ཁང་
 སྡོ་བརྒྱུ་བཅིང་པའ་ཆེན་རིན་པོ་ཆེས་གནང་པའི་ཕྱག་བྲིས་ཕྱག་བསྟར་མའི་སྐད་
 ཁང་གི་སྡོ་བྱང་བཀོག་པ་རེད། སྡོ་བྱང་དེ་ད་ལྟར་ཉར་ཆགས་བྱས་ཡོད་མེད་ཀྱང་
 ཏ་གོ་མ་བྱུང་། པའ་ཆེན་རིན་པོ་ཆེས་གནང་བའི་ཕྱག་བྲིས་ཅན་གྱི་ལས་ཁུངས་དེ་
 ལ་བཅིས་མཐོང་སྐྱ་ཅམ་ཡང་མེད་པའི་སྤྱིང་སྟོབས་དེ་ལྟར་ཚོངས་ཀྱི་སྤྱིང་སྟོབས་
 རེད། ཆོས་ཀྱི་དབང་རྩ་བྱས་ན་བོད་ཀྱི་སྤྱི་ཆེན་ནམ་གཉིས་ཀྱི་ཡ་གྲལ་ཞིག་རེད།
 སྤྱིང་གྱི་དབང་རྩ་བྱས་ན་རྒྱལ་ཡོངས་མི་དམངས་འབྲུས་མི་ཆོགས་ཆེན་གྱི་ཤུ་ཡོན་
 ཀྱང་གཞོན་པ་དེ་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་དབྱ་བུ་རེད། བྱས་ཅིང་སྐབས་འགར་གནམ་ས་
 གང་ལའང་མི་འཇིགས་པའི་དཔལ་དང་སྤྱིང་སྟོབས་དེ་ལྟར་ཚོངས་ཀྱི་ཁྱེན་ལས་
 བྱང་པ་རེད། །དེ་བཞིན་རྩ་བཅིང་རྩ་ཀྱང་དབྱང་མི་རིགས་སྟོབ་སྤྱི་ཆེན་མོའི་ནང་
 རྩ་བོད་ཀྱི་ལོ་སར་རྩལ་སྟོན་དེ་འབྲུག་པོ་དང་སྟོ་པོ་ཞིག་གཏོང་སྟོལ་ཡོད་པ་དེ།
 ཕྱི་ལོ་ 1994 ལོ་ནས་དབྱུས་གཙང་གི་སྟོབ་མ་ཁུང་རྩ་གཏོང་ཞིང་མདོ་སྐད་ཀྱི་སྟོབ་

མ་མང་དུ་སྤྱོད་སྤྲོབས། སྒྲོབ་མ་འགའ་ཤས་ཞིག་གིས་ང་ཚོའི་པ་ཡུལ་ན་ལོ་གསར་
 སྐབས་ཚོས་གཅིག་ལ་འདི་འདྲའི་འཚམས་འདྲི་འགོ་བའི་སྒྲོལ་མེད་ཅེས་མི་འདོད་
 པའི་ནམ་འགྱུར་སྟོན་ཞིང་འདུག །ངས་པོད་ཡུལ་དཔུས་ཀྱི་ཡུལ་སྒྲོལ་འདི་དག་
 རང་གི་མེས་པོ་ཤོང་མ་ནམས་ལས་བརྒྱད་པའི་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་བྱད་ཚོས་
 ཡོད་པ་ཞིག་རེད། སྤང་ནས་ཁམས་དང་ཨ་མ་དོའི་ཡུལ་དུ་འང་ང་ཚོས་སྡེ་བྱིད་
 བྱས་དར་སྒྲེལ་གཏང་ན་ཡག་པོ་འདུག་ཅེས་ཐེངས་མང་པོ་ལབ་སྟེང་། རུས་
 རབས་ཉེར་གཅིག་པར་སྒྲེབས་རུས་ཀྱང་དབྱང་མི་རིགས་སྒྲོབ་གྲ་ཆེན་མོའི་པོད་
 ཀྱི་ལོ་སར་རུས་སྟོན་དེ་རིམ་བཞིན་ཉམས་དམའ་དུ་སྤྱོད་སོང་། དེང་སང་ཆ་བ་
 བྱས་མེད་པ་ཆགས་ཚར་འདུག །དེ་ལ་དོ་སྤང་བྱེད་མཁན་ཡང་མི་འདུག
 དངོས་གནས་བྱས་ན་གནད་དོན་འདི་པོད་རིགས་སྤྱིར་ལ་མཚོན་ན་གྲོང་གུད་
 ཆེན་པོ་ཞིག་རེད། པཎ་ཆེན་རིན་པོ་ཆེས་པོད་ཀྱི་རིག་གནས་ཉམས་གསོ་དང་
 གཅིག་གྱུར་གྱི་མཛད་སྤྱོད་དེ་མི་རབས་ཇེས་མ་ཚོས་སྤང་མེད་དུ་དོར་བཞག་པ་
 ཞིག་རེད།

ད་ལན་ཚོང་ཁ་པའི་རིག་གནས་སྤྱི་ཚུལ་ཞིབ་འདུག་ཁང་གིས་གཙོ་གཉེར་
 བྱས་པའི་པཎ་ཆེན་སྤྱི་སྤང་བཅུ་པ་མཚོག་གི་མཛད་ཇེས་ལ་ཇེས་དྲན་གྱི་ཚོགས་
 འདུ་འདིས། པཎ་ཆེན་རིན་པོ་ཆེའི་མཛད་ཇེས་ལ་སྤྱིར་མིག་ཅིག་བརྟ་བའི་གོ་
 སྐབས་ཤིག་བསྐྱབ་པ་རེད། ང་ཚོས་ཚོགས་འདུས་འདི་སྤྱི་བཏང་གི་ཇེས་དྲན་ཙམ་
 མ་ཡིན་པར། པཎ་ཆེན་རིན་པོ་ཆེའི་མི་རིགས་ཀྱི་རིག་གནས་ཉམས་གསོ་དང་
 གཅིག་གྱུར་གྱི་མཛད་སྤྱོད་ལ་ཇེས་དྲན་བྱེད་ཅིང་། ང་ཚོས་ལུ་མཐུད་ནས་ཁོང་གི་
 ཐུགས་བཞེད་མཐའ་དག་གིགས་མེད་དུ་འགྱུབ་སྐྱབ་པའི་རེ་བ་དང་འབད་བརྩོན་
 བྱ་དགོས།

- པོད་ལ་སྤྱོད་ཀྱང་པོད་ཀྱི་ལ་རྒྱ་མེད།
- ཚོས་སྒྲོར་ཞུགས་ཀྱང་ཚོས་ལ་དད་པ་མེད།
- གཞུང་ཞབས་བསྐྱབས་ཀྱང་དཔོན་གྱི་ཐོབ་ཐང་མེད།
- མེད་པ་གསུམ་ལྟན་པོད་ཀྱི་རྒྱལ་ཁམས་པས།

ཚོས་སྲིད་གཉིས་ཀྱི་ཚོགས་གཙོ་པའ་ཆེན་མཆོག་།
ཤ་རུས་གཅིག་པའི་བོད་རིགས་སྐྱན་ལྔའི་ཆེད་།
ཞི་དབྱངས་གཟིགས་པའི་རྒྱུ་རྒྱུ་ཚོགས་འདུ་ཐོག་།
ཟི་ལིང་གོང་ནས་གདུང་བའི་དབྱངས་ཀྱིས་འབོད་།



པ་སྐད་ལ་བརྟེན་ན་ཆོན་རིག་པ་གསེ་སྦྱང་བྱེད་སྟེ།

2016.6.3

ཨ་རིའི་ཆོན་རིག་ལག་རྩལ་དང་། །
 དུ་ཐའེ་མི་རིགས་འཆོ་བའི་སྟོག་།
 ཀྱང་གོའི་རུལ་སྤྲོ་མཆོན་ཆ་ན་མས། །
 རང་གི་སྐད་ཡིག་བརྒྱད་ནས་དར། །

མི་རིགས་སོ་སོའི་སྤྱི་ཚོགས་ཆོད་བཟང་དན་དེ་ཐད་ཀར་སྟོབ་གསོ་དང་འབྲེལ་བ་
 ཡོད་པ་ཞིག་རེད། མིའི་ཀུན་སྦྱང་དང་། ཤེས་རིག་ནི་སྟོབ་གསོ་བརྒྱད་ནས་རྩེ་
 ལེགས་དང་། རིམ་ཐོར་གྲང་དགོས་པ་ཞིག་རེད། ཀུན་སྦྱང་བཟང་པོ་ཡོང་
 བ་ནི་ལོ་རྒྱུས་ཤེས་བྱ་དང་། གོམས་སྟོལ་བཟང་པོ། བྱིམས་ལུགས་སྟོབ་གསོ་
 རྒྱ་འབྲས་འབྲེལ་བའི་མཆོན་ཉིད་རིག་པ་བཅས་ཀྱི་སྟོབ་གསོ་ཡང་དག་པ་བྱ་
 དགོས་པ་དང་། ཤེས་རིག་ལྷན་པོར་ཆགས་པ་ནི་ཆབ་སྲིད་རིག་པ་དང་།
 དཔལ་འབྱོར་རིག་པ། ཆོན་རིག་ལག་རྩལ་སོགས་ཀྱི་ཤེས་བྱའི་སྒྲིབ་ལ་མཁས་
 པར་ཆགས་དགོས་པ་དེ་རེད། མི་ཆེ་གཅིག་གི་སྟོབ་སྦྱང་གི་རུས་ལྷན་ནི་ཆོད་
 བཀག་ཡོད་པ་ཞིག་རེད། དཔེར་ན། མི་ཞིག་གི་མི་ཆེའི་མཛུན་ལམ་ནང་ཐོག་
 མར་སྟོབ་སྦྱང་བྱ་བའི་རུས་རིམ་དང་། དེ་ནས་ལས་དོན་གྱི་རྒྱང་གཞི་བརྒྱབ་
 པའི་རུས་རིམ། ལས་གཞི་ཡར་རྒྱས་འགོ་བའི་རུས་རིམ། ལས་ཀའི་འབྲས་བྱ་
 ཉམས་སུ་སྦྱང་བའི་རུས་རིམ་བཅས་དབྱེ་དགོས། མི་གང་ཞིག་དགྲུང་ལོ་བརྒྱད་
 ཅུར་བཞུགས་པའི་དབང་རུ་བྱས་པ་ཡིན་ན། རུས་རིམས་དེ་ལ་ཆ་སྟོན་མས་ལོ་ངོ་
 ཉི་ཤུ་ཙམ་ཡོད་པ་རེད། དེས་ན་ང་ཆོ་སྟོབ་སྦྱང་གི་རུ་རིམས་དེ་དམ་འཛིན་མ་
 བྱས་ན་རུས་ཆོད་ཀྱིས་འདྲང་གི་མ་རེད། ལོ་ན་རྒྱང་ཞིང་སྟོ་རིག་བཀྲ་བའི་རུས་
 འདིར་འབད་བཅོན་ལྟོད་མེད་ཀྱི་སྟོན་ནས་ཆོན་རིག་གི་ཤེས་བྱ་སྤྱི་ཚོགས་ཤེས་བྱ་བ་

པར་འབད་བཅོམ་བྱ་དགོས། དེས་ན་ང་ཚོས་སློབ་སྦྱང་གི་གོ་རིམ་ནང་དྲ་དྲོང་
རབས་ཚོན་ཚོན་གྱི་སློབ་བྱིད་ཐབས་ཤེས་ཀྱང་དག་པ་ཞིག་སྦྱང་ན། རྩ་ཚིང་
ཐུང་དུ་འོ་ན་དྲ་ཤེས་བྱ་མང་པོ་དང་། ཤེས་ཡོན་གཏིང་ཟབ་པོར་རྟོགས་ཐུབ་
པར་བྱ་དགོས། །

གོང་དུ་ཁྱུས་པ་ལྟར། མི་ཚོའི་བརྒྱུད་རིམ་གྱི་རྩ་ཚིང་ལ་ཚད་བཀག་ཡོད་
སྟབས་ང་ཚོ་གཞོན་ནུའི་སློབ་གསོ་ལ་དོ་སྤང་བྱ་དགོས། བོད་ཡུལ་འདིར་དེང་
རབས་ཅན་གྱི་ཚན་རིག་སློབ་གསོ་དར་སྤེལ་གཏོང་བ་དང་། མཐོ་རིམ་ཤེས་
ཡོན་པ་གསོ་སྦྱང་བྱ་དགོས་ན། དེས་པར་དྲ་སློབ་ལྷ་རྒྱུད་འབྲིང་གི་སྐབས་ལྟ་བོད་
གྱི་སྐད་ཡིག་ལ་ཤུགས་སྤོར་བྱེད་དགོས། བོད་གྱི་སྐད་ཡིག་བརྒྱུད་ནས་མང་
གཞིའི་རིག་གནས་རྣམས་བསྐྱབ་ན། རྩ་ཚིང་ཐུང་དུ་འོ་ན་དྲ་ཚན་རིག་གི་ཤེས་
བྱ་རྣམས་ཤེས་སྤྲོད། དེ་ནས་མཐོ་རིམ་སློབ་འབྲིང་དང་། སློབ་ལྷ་ཆེན་མོའི་ནང་
དྲ་རྒྱ་ཡིག་དང་། དབྱིན་ཡིག་སོགས་སྐད་རིགས་གཞན་ལ་ཤུགས་སྤོར་བྱས་ན་
རྒྱལ་སྤྱིའི་རང་བཞིན་ཅན་གྱི་མཁས་པའི་ལམ་ལ་བརྟེན་ཐུབ་པའི་རེ་བ་ཡོད། །

དེ་ལྟར་མིན་པ་སློབ་ལྷ་རྒྱུད་འབྲིང་སྐབས་ལྟ་རྒྱ་ཡིག་གཙོ་བོར་བྱས་ནས་སློབ་
ཚན་བྱིད་ན། དགེ་སློབ་གཉིས་ཀྱི་བར་ལ་སྐད་ཡིག་གི་གོ་བརྟེན་འཕྲོད་པ་ཅམ་
ལའང་ལོ་ཤས་ཞིག་འགོར་སྲིད། སྐད་ཡིག་གི་གོ་བརྟེན་འཕྲོད་པ་ཅམ་ན་སློབ་ལྷ་
རྒྱུད་འབྲིང་སྐབས་ལྟ། བསྐྱབ་འོས་ཀྱི་སྦྱང་ཚན་མང་པོ་ཞིག་སྦྱང་པའི་རྩ་ཚིང་
རྟོགས་ཚར་པ་རེད། དེའི་རྒྱུན་གྱིས་སློབ་མ་རྣམས་ན་ཚིང་རྟོགས་ནའང་། ནང་
ལ་ཡོན་ཏན་གང་ཡང་མེད་པ་མ་ཟད། རྒྱ་ཡིག་དང་བོད་ཡིག་གཉིས་ཀ་གོ་ཚིང་
པ་ཞིག་མི་ཤེས་པར་གྱུར་པ་ནི་རིག་གནས་གསར་བརྗེ་ཆེན་མོའི་སྐབས་ཀྱི་སློབ་
གསོའི་ཉམས་སྦྱང་དེ་རེད། དེས་ན་ང་ཚོས་སློབ་ལྷ་རྒྱུད་འབྲིང་གི་སྐབས་ལྟ་བོད་
གྱི་སྐད་ཡིག་གི་སློབ་གསོ་ལ་ཤུགས་སྤོར་བྱ་འོས། །

2016 ལོར་《བོད་གྱི་སློབ་གསོ་》ཞེས་པའི་རྩ་དབུ་དེབ་ཐོག་དྲ་བོད་གྱི་སློབ་
དཔོན་ཆེན་མོ་དང་། འབྲུམ་རམས་པ་མཉམ་བཞེས་ཀྱིས། བོད་གྱི་སྐད་ཡིག་
གཙོ་བོར་(一类模式教学) སྦྱང་པའི་སློབ་ལྷ་བ་ལ་མཇུག་ལམ་གྱ་དོག་པོ་ལས་

མེད་སྟབས། བོད་ཡིག་པལ་པ་དང་། རྒྱ་ཡིག་གཙོ་བོར་བྱ་རྒྱུ་ལྟོས་གསའི་
 ལམ་ཏུ་འགོ་དགོས་པའི་ནམ་བཤད་ཅིག་སྟེ་ལོད་པ། དེ་ལ་འཕྱིན་པའི་བརྒྱུད་
 བས་ལབ་སྤྱོད་མང་པོ་ཞིག་བྱེད་ཅིང་ལོད་འདུག །འདི་ནི་མིག་སྒར་བོད་ཀྱི་
 གནས་ཚུལ་དངོས་དང་མི་མཐུན་པ་ཞིག་ཡིན་སྟབས། པལ་ཆེར་རང་དོན་གྱི་
 དམིགས་ལྷལ་གང་ཞིག་གི་ཆེད་ཏུ་དགོས་དབང་གིས་བཤད་ལོད་པར་འདྲ།
 བོད་ཀྱི་གཞིན་ཏུ་མཁས་པ་འབྱམ་རམས་པ་ཞིག་ལ་དེ་ལྟ་བུའི་བསམ་སྟོན་ཞིག་
 ཡོད་པ་ནི་མ་འོངས་བོད་ཀྱི་སྟོབ་གསའི་ཨེ་ཅིའི་ནད་འབྱ་རྟ་བུ་ཞིག་ཡིན་པས་
 ཀྱང་གིས་དོར་འོས། །འདིར་མཐུན་ལམ་གྱི་ཡངས་དང་དོག་པོ་བཟུང་བ་ནི་ལས་
 ཀ་ཐོབ་མིན་（就业）ལ་བཟུང་བ་རེད། གྲངས་ཀྱི་བདེན་དཔང་（用数据说
 话）ཐོག་ནས་བཤད་ན། མིག་སྒར་ལོ་རེ་བཞིན་སྟོབ་གྲུ་ཆེན་མོ་ཁག་ཏུ་བོད་
 རིགས་སྟོབ་མ་རབ་འབྱམས་པ་དང་། འབྱམ་རམས་པ་འདོན་མཁན་དེ་ནམས་
 ལས་85 % ཡན་ཆད་དེ་བོད་ཡིག་སྦྱང་མཁན་ནམས་རེད་འདུག །དེ་ལས་རྒྱལ་
 ཡོངས་ཀྱི་བོད་རིགས་ནང་ཏུ་འབྱམ་རམས་པ་འདོན་མཁན་ 90% དེ་བོད་ཡིག་
 སྦྱང་མཁན་ནམས་ཡིན་འདུག །དཔེར་ན་ལྟོ་ལྟུང་མི་རིགས་སྟོབ་གྲུ་ཆེན་མོའི་
 2015ལོའི་བོད་རིགས་འབྱམ་རམས་པ་དང་། རབ་འབྱམས་པ་རྒྱགས་འཕྲོད་
 མཁན་ནང་ཏུ་ཉ་ལམ་90% ཡན་ཆད་བོད་ཡིག་ཆེད་སྦྱང་སྟོབ་མ་ནམས་ཡིན་
 འདུག །དེས་ན་བོད་པས་བོད་ཡིག་སྦྱང་ན་མཐུན་ལམ་གྱི་དོག་པོ་ཡིན་པའི་
 བཤད་ཚུལ་དེ་ནི་ཐུགས་བསམ་ཡག་པོར་མ་བཞེས་པའི་ཉམ་བཤད་ཅིག་རེད་
 སྟུམ། །མ་སྐད་ལ་མ་བཞེན་པའི་སྟོབ་གསའི་ལྷན་གྲུབ་འབྲས་མ་ཐོན་པའི་སྐྱོར།
 ཁོར་ལྷག་དང་བསྐྱོན་ནས་སྟོབ་གསའི་བྱེད་རྒྱ་ཉ་ཅང་གལ་ཆེ། བོད་ཀྱི་ཞིང་
 འཕྲོག་ས་ཁུལ་ཏུ་བོད་ཀྱི་སྐད་ཡིག་གཙོ་བོར་མ་བྱས་པའི་སྟོབ་གསའི་ལས་ཀ་ལ་
 ཏུས་ཐོག་ཏུ་གྲུབ་འབྲས་ཐོན་མི་སྤྱོད། དཔེར་ན། རིག་གནས་གསར་བརྗེ་
 ཆེན་པོའི་ལོ་བཅུ་འེར་ལ་བོད་ཀྱི་གྲང་གསེབ་ཏུ་རྒྱ་ཡིག་ཁོ་ནའི་སྟོབ་གསའི་བྱས་
 པ་རེད། སྟོབ་གསའི་ལམ་ལུགས་དེ་ལོ་རྒྱུ་བཅོ་བརྒྱད་ཅམ་བཟུལ་རྗེས་དེ་ལ་
 འབྲས་བུ་གང་ཡང་མ་སྤྲོད་པས་བཅོས་བསྐྱར་དང་། སྒོ་འབྱེད་སྐབས་སུ་སྤར་

ཡང་བོད་ཡིག་གཙོ་བོར་བྱ་བའི་སློབ་གསའི་སྲིད་རྒྱུ་དེ་ལག་ལེན་བྱེད་སྐབས།
སློབ་སྦྱོང་ཚོགས་རྒྱུ་དེ་ལོ་སྐབས་ཀྱི་མཁས་པ་ཚམས་གདན་དྲངས་ནས་སློབ་
དཔོན་དུ་བཀྲུར་བ་ལས་མཁས་དབང་གསར་པ་གཅིག་ཀྱང་ཐོན་ཐུབ་མེད་པ་
རེད། །

བཙན་བསྐྱར་སློབ་འབྲེད་བྱས་པ་ནས་ད་ལྟའི་བར་དུ་བོད་ཀྱི་སློབ་གསའི་ལ་གྲུབ་
འབྲས་ཐུལ་དུ་བྱུང་བ་ཞིག་ཐོབ་ཡོད་དེ། མི་རིགས་སྲིད་རྒྱུ་ལག་ལེན་ཡང་
དག་པར་བྱས་པའི་ས་ཁུལ་ཁག་དུ་བོད་ཀྱི་ཁིང་འབྲོག་གི་སྤྱ་གྲུ་ཚམས་ལ་སློབ་གྲུ་
ཚུང་བ་ནས་བོད་ཡིག་གཙོ་བོར་བྱས་ཏེ་རིམ་བཞིན་འབྲུམ་རམས་པའི་བར་གྱི་
བོད་ཡིག་སློབ་གསའི་མ་ལག་ཆ་ཆར་བ་ཞིག་བྱས་ཡོད་སྐབས། དེར་དུས་ཁིང་
འབྲོག་ས་ཁུལ་དུ་འཆར་ཡོངས་བྱུང་བའི་གཞོན་ནུའི་ཁྲོད་དུ། རབ་འབྲུམས་པ་
བརྒྱ་ཕྱག་མང་པོ་དང་། འབྲུམ་རམས་པ་བརྒྱ་ཕྱག་ཁ་ཤས་བསྐྱེད་བསྐྱེད་སྐབས་བྱས་
ཡོད་པ་འདི་ནི་ལག་ལེན་དངོས་ཀྱི་ནང་དུ་བོད་ཀྱི་སྐད་ཡིག་གི་སློབ་གསའི་ལ་གྲུབ་
ཁ་ཐོབ་པའི་གྲུབ་འབྲས་ཞིག་རེད། ལོ་ན་གཞོན་སྐབས་དུས་ཐོག་དུ་ཆེད་སྦྱོང་གི་
ཤེས་ཡོན་ལག་པོ་སྦྱོང་ཐུབ་ཡོད་ན་འབྲས་བུ་དུས་ཐོག་དུ་སློབ་ཐུབ་པ། སེ་ཁྲོན་
ཁིང་ཆེན་བོད་ཡིག་སློབ་གྲུ་ལྟ་བུ་ནི་བོད་ཀྱི་སྐད་ཡིག་ཐོག་ན་དམིགས་བསལ་དུ་
གྲུབ་འབྲས་ཐོབ་ཡོད་པ་ཞིག་རེད། །

མི་རིགས་སྤྱི་འབྲུ་ཞིག་ཡིན་ཡང་ཆོན་རིག་ཤེས་བྱ་གཏོང་བའི་པོ་ཞིག་ཤེས་
དགོས་ན་ངེས་པར་དུ་རང་གི་སྐད་ཡིག་ལ་བརྟེན་ནས་ཤེས་དགོས་པ་ལས།
སྐད་ཡིག་གཞན་ལ་བརྟེན་ནས་རང་ཡུལ་གྱི་ཆོན་རིག་ལག་རྩལ་ཡར་གཏོང་བེར་
བ་ཏུ་ལམ་སྲིད་མཐའ་ཅིམ་རེད། དཔེར་ན། ཀྱང་རྩ་མི་དམངས་སྤྱི་མཐུན་
རྒྱལ་ཁབ་དབུ་བརྟེས་པའི་རྒྱུ་དཔལ་འབྱོར་ཐོག་དུ་དཀའ་ངལ་མི་ཉུང་བ་
ཞིག་ཡོད་ནའང་། རང་སློབས་རང་སྤེལ་གྱི་སློབ་རྒྱུ་ཕྱན་ཆོན་ཆ་དང་།
མཁའ་བསྐྱེད་འཕུར་གྲུ་（航天飞机）སྐགས་དེང་རབས་ཅན་གྱི་སློབ་ཐོན་གྱི་
ཆོན་རིག་གི་ཐོན་ཁུངས་དེ་དག་རྒྱ་རིགས་རང་གི་སྐད་ཡིག་ལ་བརྟེན་ནས་སློབ་
གཏོང་བྱས་ཏེ་ཤེས་ཐུབ་པ་ལས། དབྱིན་སྐད་ལ་སྐགས་སྤྱི་རྒྱལ་གྱི་སྐད་ཡིག་ལ་

བཞེན་ནས་སློབ་སྦྱོར་བྱས་མེད་པ་ནི་སྤྱི་ཡོད་ཤིང་། འདིར་ཁྱིམ་འབྲེག་ས་ཁུལ་གྱི་གཞོན་ནུ་ཚུལ་ལ་དེ་ལྟ་བུའི་ཚན་རིག་ལག་ཅུལ་
 ཞིག་བསྐྱབ་དགོས་ན། དེས་པར་དུ་ཐོད་ཀྱི་སྤྱད་ཡིག་བརྒྱད་ནས་ཤེས་སྟེ། རྒྱ་
 སྤྱད་དང་དབྱིན་སྤྱད་སོགས་བརྒྱད་ནས་ཚན་རིག་ལག་ཅུལ་ལོ་ལྷ་ལ་སྦྱངས་པའི་
 གྲུབ་འབྲས་དེ། ཐོད་སྤྱད་དང་ཐོད་ཡིག་སོག་དུ་སྦྱང་ན་ལོ་གཅིག་གིས་ཤེས་
 དེས། གང་ཞེ་ན། མི་རིགས་གཞན་གྱི་སྤྱད་ཡིག་བྱང་ཚུབ་པ་ཞིག་ཤེས་པ་ལ་
 རུས་ཡུན་རིང་པོར་འགོར། སྤྱད་ཡིག་དེ་བརྒྱད་ནས་ཚན་རིག་ཤེས་བྱ་སྦྱང་
 དགོས་ན་རུས་ཡུན་དེ་ལས་རིང་བར་འགོར་དེས་པ་ནི་སྤྱི་ཡོད་ཤིང་། དེས་
 བ་ཐོད་ཀྱི་ཁྱིམ་འབྲེག་ས་ཁུལ་གྱི་སྤྱ་སྤྱ་ཚུལ་ནི་ཐོད་ཀྱི་སྤྱད་ཡིག་མ་བསྐྱབ་པར་
 མཁས་པ་ཆེན་པོའི་གོ་ས་སོབ་མི་སྤྱིད། འོན་ཀྱང་རྒྱ་སྤྱད་ཆེན་པོའི་ནང་དུ་སྤྱད་
 པའི་ཐོད་རིགས་སྤྱ་སྤྱ་ཐོད་སྤྱད་མི་ཤེས་པ་ཚུལ་གྱིས་ནི་རྒྱ་སྤྱད་དང་རྒྱ་ཡིག་སོ་
 བ་སྦྱོར་པས་འབྲས་ལོ། །

རང་སྤྱད་གཙོར་བཟུང་གཞན་སྤྱད་གང་མང་སྦྱང་། །

དེར་རབས་རིག་གཞུང་རང་གི་རྒྱན་དུ་ལེན། །

ཚན་རིག་དཔལ་ཡོན་གངས་སྤྱོད་པ་ཡོངས་ལ་སྟེལ། །

ཐོད་མེད་བདེ་སྤྱད་འདྲན་པའི་མདུན་ལ་མ་ཡིན། །

ཞེས་པ་ཉི་རུས་ཐོད་ཀྱི་སྤྱད་ཡིག་ལ་མདུན་ལ་མ་མེད་པའི་དབྱུང་བརྗོད་ཀྱི་གནས་ཞིག་ལ་
 འཕྲིན་ཕྱན་ནང་དུ་བཞོ་སྤོང་སྤྱ་ཚོགས་པས་ཁྱེན་བྱས་ཏེ་རྒྱལ་ཁམས་པ་ཐུབ་བཞུན་ཕྱན་ཚོགས་
 དེས་རང་གི་བསམ་ཚུལ་མདོར་བསྟུན་ཅིན་ཞིག་སོལ་བྱུང་དུ་བཞོད་པའོ། ། 2016.6.3

བོད་ཡིག་སློབ་གྲུའི་དགེ་སློབ་ནམས་ལ་འཆམས་འདྲི་བ།

2016.6.8.

སེཾ་ཁྱོད་ཞིང་ཆེན་བོད་ཡིག་སློབ་གྲུའི་དགེ་སློབ་ནམས་ལ་ཡང་བསྐྱར་རྒྱ་འགྲེལ་
བཤད་འགའ་ཞིག་ཁྱེད་ཀྱི་བར་། ཁོ་ཉིད་པ་སྤྱི་དྲོར་ར་ཆོ་བཤོ་སྤྱིང་གི་གོ་སྐབས་བྱུང་
པ་དེ་ལ་སྤྱིང་ཐག་པ་ནས་དགའ་པོ་བྱུང་། ལྷག་པར་རྒྱ་སློབ་ལྷག་ནམ་པ་བྱུ་
དང་བྱུ་མོའི་བྱུང་པར་མེད་པ། སྤྱིང་སྤྱིབས་དང་སྤྱིབས་པ་ལྷན་པའི་སྤྱི་ནས་
རང་གི་ལྷ་བ་བརྟོན་པ་དང་། ཁོ་བོའི་ལྷ་བ་ལ་དོགས་སྤྱིང་དང་དགག་བཞག་གི་
འདྲི་བ་མང་པོ་ཐད་ཀར་གནང་གི་འདུག །དེ་ནི་སྤྱིབ་གྲུའི་སྤྱིབ་གསེའི་སྤྱིས་ཆད་
མཐོན་པོ་ཞིག་སྤྱིབས་ཡོད་པ་རྟོགས་བྱུང་། ཁོ་བོ་སྤྱིབ་གྲུ་འདྲིའི་ནང་ཐོན་པའི་
སྤྱིབ་མ་སྤྱི་ཤོས་ཞིག་ཡིན་སྤྱིབས། རང་གི་བསམ་ཚུལ་དང་ལྷ་ཚུལ་ནམས་དབྱུང་
གཞིའི་ཆེད་རྒྱ་བྱིས་ཆང་ནང་གི་བཤོ་སྤྱིང་ངེ་བཞིན་གསང་བསྐྱར་མེད་པ་ལྷགས་
པོར་བཤད་པ་ཡིན། དེས་ནི་སྤྱིབ་མ་གཞོན་ལྷ་ནམས་ཀྱི་བསམ་ཚུལ་དང་ལྷ་ཚུལ་
དེང་རབས་སྤྱི་ཆོགས་ཀྱི་ཁོར་ཡུག་དང་མཐུན་པ་ཞིག་བདེ་ཐང་རང་རྒྱ་ཡར་རྒྱས་
ཡོང་པའི་ཆེད་རྒྱ་ཡིན། ཡིན་ནའང་སྤྱིབས་དེར་སྤྱིབ་མ་འགའ་ཞིག་ལ་ངའི་སྤྱིང་
ཆ་དེ་གོ་ནོར་ལྷང་ཟད་བྱུང་སོང་བར་ངས་དེ་མ་ཐག་རྒྱ་གསལ་བཤད་ཞུས་པ་
ཡིན། འོན་ཀྱང་གནས་ཚུལ་འདྲི་དག་སྤྱི་ཆོགས་ནང་བྱུབ་བསྐྱགས་ཡོང་ཆེད་
ཡང་བསྐྱར་འཕྲིན་སྤྱི་བསྐྱར་ནས་གསལ་འདེབས་བྱ་རྒྱུ་།

དང་པོ། གནའ་པོའི་བོད་ཀྱི་སྤྱིལ་རྒྱན་རིག་གནས་ཀྱི་ལེགས་བཤད་ནམས་སྤྱི་
འགའ་ཞིག་ནི་གཏན་རྒྱ་བདེན་པའི་ལེགས་བཤད་ཡིན་པ། དཔེར་ན།

- གལ་ཏེ་དག་ལ་ཆོལ་འདྲོད་ན། །
- རང་ཉིད་ཡོན་ཏན་ལྷན་པར་བྱ། །
- དེའི་དག་ཡང་སེམས་བསྐྱེད་ཅིང་། །
- རང་ཡང་བསོད་ནམས་གོང་རྒྱ་འཕེལ།

ཞེས་པ་ལྟ་བུ་རུས་དང་ནམ་པ་ཀུན་ཏུ་བསམ་སྒྲིབ་སྒྲོབ་སྒྲོན་གྱི་སྒྲོག་ཤིང་བྱེད་
 ཚོག་པ་དང་། འགའ་ཞིག་ནི་ཡུལ་རུས་ཁོར་ཡུག་དང་བསྐྱེན་ནས་ལག་ལེན་
 བྱེད་དགོས་པ། དཔེར་ན།

བསམ་པ་བཟང་ན་ས་དང་ལམ་ཡང་བཟང་། །

བསམ་པ་ངན་ན་ས་དང་ལམ་ཡང་ངན། །

ཐམས་ཅད་བསམ་པ་དག་ལ་རགས་ལས་པས། །

ནམ་ཡང་བསམ་པ་བཟང་ལ་འབད་པར་བྱ།

ཞེས་པ་ལྟ་བུ་དེར་སང་ཡུལ་རུས་དང་བསྐྱེན་ནས་ལག་ལེན་བྱ་དགོས་པ་
 ལས། སྒྲིང་བྱིར་སོགས་སུ་སྐབས་འགར་བསམ་པ་བཟང་པོས་རོགས་པ་བྱས་
 བ། འབྲས་བུ་ངན་པ་སྒྲིང་དང་ཁ་མཆུ་འབྱུང་གི་ཡོད་པའི་གནས་ཚུལ་བཤད་
 སྐབས། ཁོ་ཚོ་ལ་སྒོལ་རྒྱན་རྒྱུ་ཡིན་པའི་ལྟ་བ་གཏིང་ཟབ་དྲག་པའི་དབང་གིས་
 དའི་སྐད་ཆ་ལ་གོ་ནོར་ཅུང་ཟད་ཐེབས་ནས། བསམ་པ་བཟང་པོ་བྱས་ན་
 འབྲས་བུ་ངན་པས་འབྱུང་བས་བྱུང་། ཟེར་བ་ལྟ་བུ་ཞིག་གོ་འདུག །

འདྲིར་ཡུལ་རུས་དང་བསྐྱེན་དགོས། ཞེས་པ་འདྲི་གོ་བ་ཡག་པོ་ཞིག་ལེན་
 རོགས། སྒོབ་མ་འགའ་ཞིག་གིས་ལམ་སང་དེའི་སྒྲོར་ལ་འདྲི་བ་ཡང་ཁ་ཤས་
 བཏོན་བྱུང་། ངས་བསམ་པ་བཟང་པོ་དེ་བྱ་བ་རྒྱུག་ཅག་རེད་ཅེས་ལབ་ཐེད།
 ངས་བཤད་པ་དེ། དེར་རུས་བསམ་པ་བཟང་པོ་བྱས་ན་རྒྱག་དྲ་ཐེད་ས་རྒྱག་དྲ་
 འོན་ཀྱང་པ་རེད་ཅེས་ཟེར་བ་ཡིན། ལོ་རྒྱུང་རྣམས་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་ཉམས་སྤྱོད་
 ཞན་པའི་དབང་གིས། བོད་ཀྱི་སྒོལ་རྒྱན་བསམ་སྒྲོབ་དེ་བྱིར་ན་དེར་རབས་ཀྱི་སྤྱི་
 ཚོགས་ནང་དུ་བྱིན་ན་སྐབས་འགར་གྱིང་ཁ་རག་སྲིད། མདོར་བརྒྱས་ན།
 ངས་གཞོན་ནུ་རྣམས་ལ་བཏོན་པའི་སྒོབ་གསའི་སྒྲིང་དོན་ནི། “མི་རིགས་ལ་
 དགའ་ཞེན་ཡོད་ན། ཐོག་མར་རང་ལུས་བདག་པོ་ཡག་པོ་བྱིས། ཚན་རིག་
 དང་རིག་གནས་སུན་སུམ་ཚོགས་པ་སྒྲིངས། སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་སྤང་ཚུལ་ལ་རུས་
 གཏོགས་མ་བྱེད། (不要多管闲事) ཁ་ཚུམས། རང་དོན་སྐྱབས། བྲིམས་
 དང་སྤྱིག་ལམ་ལ་བརྩི་བཀུར་བྱས། ཡུལ་སྒོལ་ངན་པ་དང་ཚིངས་དད་རིང་དུ་

དོར། དེ་ལྟར་བྱས་ན་རྒྱལ་ཁབ་དང་མི་རིགས་གཉིས་ཀ་ལ་ཕན་ཐོགས་ཡོད་པའི་
མི་ཞིག་ཆགས་སྤྱད་ཅེས་པའི་དོན་ཡིན།

གཉིས། ཡང་། བོད་གྱི་སྲོལ་རྒྱན་རིག་གནས་སྤྱང་སྦྱོབ་སྒྲོར་ལ། སྲོལ་རྒྱན་
རིག་གནས་སྤྱང་སྦྱོབ་ཟེར་བ་དེ་གང་ཞིག་སྤྱི་ཚོགས་དང་འཆོ་བ་ལ་ཕན་པ་ཡོད་
པའི་སྲོལ་རྒྱན་རིག་གནས་ཆམས་ནི་སྤྱང་སྦྱོབ་དང་དར་རྒྱས་གཏང་དགོས་ལ།
སྤྱི་ཚོགས་དང་འཆོ་བ་ལ་ཕན་ཐོགས་མེད་པའི་རིག་གནས་ནི་དོར་བྱ་ཡིན། གང་
ཞེན། དོན་དངོས་ལ་ཕན་ཐོགས་མེད་ན་གང་སྤྱིགས་ཆགས་ཆར་པ་རེད། ཅེས་
བཤད་པ་དེ་ལ་གོ་ནོར་ཅུང་ཟད་ཐེབས་ནས། བྱ་མོ་ཞིག་གིས། བྱིས་རིག་པའི་
གནས་ལྟ་དགོས་མེད་ཡིན་ཟེར་ན། འོ་ན་རྒྱལ་སྤྱི་ནང་གི་མཁས་པ་མང་པོ་ཞིག་
གིས་བོད་གྱི་རིག་པའི་གནས་ལྟ་ལ་ཞིབ་འཇུག་བྱེད་དོན་གང་ཡིན་ཟེར་བ་དྲིས་
བྱུང་། ངས་རིག་པའི་གནས་ལྟ་དགོས་མེད་རེད་ཅེས་ཆ་བ་ནས་ལབ་མེད། ཡིན་
ནའང་མིག་སྟེང་གི་གནས་ཚུལ་དང་བསྐྱེད་ན་རིག་པའི་གནས་ལྟ་ཡིན་ན་འདྲ།
གནས་བཅུ་ཡིན་ནའང་འདྲ། དེ་དག་གི་ནང་དོན་སྤྱིགས་དོར་བཅུད་ལེན་གྱི་སྒོ་
ནས་སྦྱོབ་སྦྱང་དང་དར་སྤེལ་གཏོང་དགོས་པ་ལས། ཆང་མ་ཉར་ཆགས་བྱ་རྒྱུའི་
རིན་ཐང་ཞིག་མ་མཐོང་། དཔེར་ན། མངོན་པ་མངོན་དུ་ས་ཡི་གོ་ལ་ལེབ་མོ་
ཡིན་པའི་ཆམ་བཤད་ལྟ་བུ། ད་ལྟར་མངོན་སུམ་ཆང་མའི་ཡུལ་དུ་གང་སྤྱིགས་
ཆགས་ཆར་པ་རེད། འོ་ན་ཀྱང་རྒྱ་རོ་ཆོས་དུག་ལྟ་བུ་ལག་ལེན་ཆང་ལྟ་ཚུལ་
མཐུན་བྱས་ན་ཆེ་རིང་བ་དང་།

ནད་ཉུང་བ། རྒྱས་ཁ་སྲ་བ་སོགས་མའི་ལུས་སེམས་ཀྱི་ཁམས་ལ་བདེ་བ་སྟེར་
ཅུས་པའི་སྲོལ་རྒྱན་རིག་གནས་འདི་དག་ནི་ཆོན་རིག་ནང་གི་ཆོན་རིག་ཅིག་ཡིན་
སྟབས་ང་ཆོས་ངེས་པར་དུ་སྦྱོབ་སྦྱང་དང་། དར་སྤེལ་གཏོང་འོས་པ་ཡང་མང་
པོ་ཡོད་པ་རེད། དེས་ན་ཆོན་རིག་དང་མི་མཐུན་པའི་སྲོལ་རྒྱན་རིག་གནས་ནི་
དོར་བྱ་ཡིན་དགོས། སྲོལ་རྒྱན་རིག་གནས་ཟེར་བ་དེ་གནའ་ནས་དར་བར་
སྤར་ཡོད་པའི་རིག་གནས་རྟིང་པ་དེ་དག་དུས་རབས་དང་བསྐྱེད་ནས་གསར་
མཐུད་རྟིང་བརྗེ་བྱས་ནས་རྒྱན་འདྲིན་དང་དར་སྤེལ་བྱུང་ཡོད་པ་ལས། གནའ་

ཐོག་མར་གང་ཡོད་པ་དེ་མ་ཉམ་པར་སྤྱང་སྤྱོད་བྱས་པའི་རིག་གནས་ཞིག་གང་
ལ་ཡོད། དཔེར་ན། གདོད་མའི་སྤྱི་ཚོགས་སྐབས་ཀྱི་ཐོག་མའི་རིག་གནས་དེ་
ང་ཚོའི་སྤྱི་ཚོགས་རིག་གནས་ཀྱི་ཐོག་མ་ཡིན་ཡང་ད་ལྟར་ཉར་ཚགས་བྱས་པ་ནི་
གཅིག་ཀྱང་མེད་པ་བཞིན་ནོ། །

མི་རིགས་གཞན་ཞིག་གིས་ང་ཚོའི་རིག་གནས་ལ་ཞིབ་འཇུག་བྱས་པ་ཙམ་གྱིས་
དེ་རིན་ཐང་ཆེན་པོ་ཡོད་པ་ངོས་འཛིན་ན་འགྲིགས་ཀྱི་མ་རེད། ཁོ་ཚོས་ཞིབ་
འཇུག་བྱ་བའི་དམིགས་ཡུལ་དེ་གང་ཞིག་རིན་ཐང་ཡོད་པ་དང་། གང་ཞིག་རིན་
ཐང་མེད་པ་ཡིན་པ་བཅས་སྒྲིགས་དོར་བཅུད་ལེན་བྱ་བའི་ཆེད་དུ་ཞིབ་འཇུག་
བྱེད་ཅིང་ཡོད་པ་རེད། ང་ཚོའི་རིག་གནས་ཆང་མ་དེ་ཁོ་ཚོས་ཁས་སྐྱེལ་པ་
ཞིག་ཡིན་ན་ཞིབ་འཇུག་བྱ་དགོས་པའང་ཡོད་མ་རེད། །

སྤྱི་བཏང་བྱས་ན་པོད་ཡིག་སྤྱོད་གྲུ་སྤྱོད་མ་དེ་དག་ནན་ཏན་གྱིས་སྤྱོད་གསོ་
དང་། རྟོག་པར་ཡང་དག་པའི་ཐབས་ལམ་བརྒྱུད་ནས་སྤྱོད་བཟོར་བྱུང་པ་ཡིན་
སྟབས། ནང་ན་ཡོན་ཏན་ཡོད་པ། སྤྱི་ན་གྱིས་ཞབས་ཡོད་པ་སྤྱོད་གྲུ་ཆེན་མོའི་
སྤྱོད་མ་རྣམས་ལས་ཀྱང་བྱུང་དུ་འཕགས་པའི་སྤྱོད་མ་ཤ་སྟག་སྤྱང་བས། འདི་
དག་ནི་མ་འོངས་པར་རྒྱལ་ཁབ་དང་མི་རིགས་ལ་ཞབས་འདེགས་སྐྱབ་མཁན་གྱི་
མི་རབས་གསར་པའི་ཤེས་ཡོན་པ་ཞིག་ཡོང་པའི་ཡིད་ཆེས་དང་དགའ་སྤྱོད་ཆེན་པོ་
བྱུང་། འོན་ཀྱང་དེར་དུས་མདོ་དབུས་ཁམས་གསུམ་ལས་ཁམས་སྤྱགས་འདིར་
དེར་རབས་སྤྱོད་གསོ་ཞན་པའི་དབང་གིས། ཡུལ་སྤྱོད་རྒྱིང་པ་སྤྱོད་ཞེན་གྱིས་
སྤྱོད་གསོའི་ཤྱགས་སྤྱོད་ངན་པ་ཞིག་ཆགས་ཡོད་པ་དེའི་སྤྱོད་གྱིས་སྤྱོད་མ་རེ་
འགའ་ལ་ལྟ་བ་མཐོག་རྒྱུག་དང་། ཏ་ཅང་ཆེས་ཐལ་ཆེ་(极端分子) བའི་
རིགས་ཞེན་གྱི་བསམ་སྤྱོད་ཅན་ཡང་ཡོད་སྤྱིད་པས་ད་ལྟ་ལམ་ལ་ཞུགས་པའི་གང་
ཟག་ཡིན་སྟབས། མིག་རྒྱུང་རིང་ཙམ་ལ་གཟིགས་ནས་སྤྱོད་སྤྱོད་ཡངས་པོར་སྤྱོད་
གལ་ཆེ། །

རང་སྤང་གང་ཤར་བྱིས་པ་འདི། །
 རང་འདོད་ཅན་ལ་གཟན་མོད་ཀྱང་། །
 རང་རིགས་ཞིན་པའི་ལྷག་བསམ་གྱིས། །
 རང་སློབ་འགྲའ་ལ་ཕན་པའང་སྲིད། །

ཞེས་པ་ཁྱིལ་༢༠༡༤ལོའི་ཁྱེད་པ་ལ་ཕའི་ཆོས་འཁོར། ཆོས་སྲིད་གཉིས་ཀྱིས་དབུལ་པའི་རྒྱལ་
 ཁམས་པ་ཐུབ་བཅུན་ཐུན་ཆོགས་དེས་རྒྱ་ནག་ཁྲིམ་ཏུའི་གོང་གི་ལྷོ་རུབ་མི་རིགས་གཙུག་ལག་
 སློབ་མེའི་རང་ཤག་ནས་སྤྲོད། །



མཛོད་ཆེན་ནམ་ལུ་རྩོད་ཡང་དག

2016.6.24

གཅིག །མཛོད་ཆེན་ནམ་ལུ་གང་ཡིན་པའི་སྒྲོམ།

ཀོང་སྤུལ་ཡོན་ཏན་རྒྱ་མཚོས་སྟོགས་བསྐྱེགས་གནང་བའི་མཛོད་ཆེན་ནམ་ལུ་
གང་ཡིན་ཞེ་ན།

༡ ཤེས་བྱ་མཛོད།

༢ བཀའ་བརྒྱུད་སྟོགས་མཛོད།

༣ རིན་ཆེན་གཏེར་མཛོད།

༤ གདམས་ངག་མཛོད།

༥ ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་མཛོད།

ཞེས་པ་ཀོང་སྤུལ་ཡོན་ཏན་རྒྱ་མཚོས་རང་ནམ་རུ་མཐུག་རུ་མཛོད་ཆེན་ནམ་ལུ་
རྩོད་གནང་བའི་སྐབས་སུ་འདི་ལྟར་གསུངས་འདུག །འོན་ཀྱང་དེར་རུས་ཐུན་
མོང་མ་ཡིན་པའི་མཛོད་ཅེས་པ་འདི་དོར་ནས། རྒྱལ་ཆེན་བཀའ་མཛོད་ཅེས་
ཀོང་སྤུལ་རིན་པོ་ཆའི་བཀའ་འབུམ་པོད་བརྩ་ཡོད་པ་དེ་མཛོད་ཆེན་ལཱའི་གངས་
སུ་བགངས་བཞིན་ཡོད་འདུག །འདིར་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་མཛོད་ཅེས་པ་དེ་
ངོས་མ་ཟིན་ནས་བཀའ་འབུམ་པོད་བརྩ་མཛོད་ཆེན་ནམ་ལུའི་གལ་རུ་བཞག་པ་
ནི་ལོར་བ་ཡིན་འདུག །ཀོང་སྤུལ་རིན་པོ་ཆེས་མཛོད་ཆེན་ནམ་ལུ་གང་དང་
མཛོད་རེ་ལ་པོད་རིམ་ཡོད་པ་གསལ་པོར་གསུངས་ཡོད་ཀྱང་། ཐུན་མོང་མ་
ཡིན་པའི་མཛོད་རྩོད་གནང་སྐབས། རང་ནམ་ལས། “ལུ་པ་ཐུན་མོང་མ་
ཡིན་པའི་མཛོད་ཅེས། རྩོད་མ་འཇམ་དབྱངས་མཐུན་བཅེ་རིན་པོ་ཆེས་རྟེན་
འབྲེལ་ཅམ་གྱི་ས་བཅད་མཛོད་ཅིང་ཤོག་སེར་དང་དམ་ཇམ་མང་ཞིག་ལག་ཁར་
སོན་ཀྱང་ཕལ་ཆེར་གནས་རུས་ཀྱི་རྟེན་འབྲེལ་ཡོལ་ཟིན་པ་དང་། འགའ་ཞིག་

ཁྱིམ་སྤྱན་བསོད་ནམས་དམན་པའི་ལས་དབང་ལྟ་བུས་གྲོགས་ཁ་ལ་འོང་བ་ལྟེན་
 ལུ་བའི་དབེར་སོང་བས་འདྲི་སྒྲིལ་རིན་ཆོག་པ་ནི་མ་མཆིས་ཤིང་། མཛོད་ལྟ་
 དེ་དག་གི་སྒྲིགས་སྒྱུ་ཅི་རིགས་པར་གཏོགས་པའི་རང་སྒྲིལ་ཐོར་བུའི་རིགས་སྒྲིགས་
 བསྐྱུས་གཅིག་ཏུ་བསྐྱུས་པ་ལ་ཀུན་མཁྱེན་སྒྲིལ་མ་རིན་པོ་ཆེ་འཇམ་དབྱངས་མཁྱེན་
 བཅེའི་དབང་པོས་ས་བཅད་བཅོ་ལྔ་བ་ཉ་བའི་གྲངས་ལྟ་བུ་གྱི་དཀར་ཆག་
 མཛོད་པ་ལྟར་བུལ་བུན་བཅས་སོ། །ཞེས་པ་ཅམ་ལས་པོད་བུན་པོ་གང་ཡིན་
 རོ་སྒྲོད་གསལ་པོར་མ་གནང་བའི་ཁར། རང་སྒྲིལ་ཐོར་བུའི་རིགས་སྒྲིགས་བསྐྱུས་
 ལ། ཞེས་པའི་གསུངས་དེ་ཕྱིས་མི་རྣམས་ཀྱིས་ཀོང་སྤུལ་བཀའ་འབུམ་ལ་གོ་བ་
 སྒྲུངས་ཡོད་པ་ངས། འོ་ན་མཛོད་ཆེན་ལཱ་ལྟ་བུ་མོང་མ་ཡིན་པའི་མཛོད་
 ཅེས་པ་དེ་གང་ཡིན་ཞེ་ན། རྫོང་སར་འཇམ་དབྱངས་མཁྱེན་བཅེ་དབང་པོས།
 མཛོད་ཆེན་རྣམ་ལྟ་རོ་སྒྲོད་གསལ་པོར་གནང་ཡོད་པ་ནི།

༡ དང་པོ་ཤེས་བྱ་མཛོད།

༢ གཉིས་པ་རྒྱ་ཆེན་བཀའ་མཛོད། དེའི་ནང་མར་ལུགས་རྒྱུད་ལྟེ་བཀའ་རྒྱུད་
 ལུགས་མཛོད་པོད་བཞི། འཁོན་ལུགས་ལུར་པའི་བསྐྱེད་རྫོགས་ཕྱིན་ལས་བཅས་
 པོད་གཅིག །

༣ གསུམ་པ་ཟབ་མོ་གཏེར་གྱི་མཛོད།

༤ བཞི་པ་གདམས་ངག་མཛོད།

༥ ལྟ་བུ་མཛོད་མོང་མ་ཡིན་པའི་མཛོད། དེའི་ནང་ཟབ་གཏེར་རྩ་གསུམ་དཔོངས་
 འབུས། གཏེར་གསར་རིན་པོ་ཆེའི་སྒྲོར། དེའི་ཁོངས་སྒྱུ་གཏོགས་པར་ནང་བརྟག་
 རྒྱུད་གསུམ་གྱི་འགྲེལ་པ། དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་སྤྱིང་པོ་བསྐྱན་པའི་འགྲེལ་པ།
 རྣམ་ཤེས་ཡེ་ཤེས་འབྱེད་པའི་འགྲེལ་པ། ཞེས་མཛོད་ཆེན་ལྟ་བུ་མོང་མའི་པོད་
 གྲངས་དང་། ཆོས་ཆོན་རག་པའི་དབྱེ་བ་བཅས་གསལ་པོར་གསུངས་ཡོད་འདུག་
 ཀྱང་འདྲིར་ཞིབ་ཆ་བཀོད་མེད།

མཛོད་ཆེན་རྣམ་གང་ཡིན་པའི་སྒྲོར་འཇམ་དབྱངས་མཁྱེན་བཅེའི་དབང་པོའི་
 ཞལ་གསུངས་ནི་ཆོད་མ་ཡིན་ཏེ། ཀོང་སྤུལ་ཡོན་ཏན་རྒྱ་མཆོས་འཇམ་དབྱངས་

མཁྱེན་བཅེའི་དབང་པོའི་ཞལ་བཀོད་ལ་བརྟེན་ནས་མཛོད་ཆེན་རྣམ་ལུ་སྟོགས་
བསྐྱེགས་གནང་བ་ཡིན་པའི་སྐོར་རང་རྣམ་རྟུ་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །དེས་ན་རྒྱ་
ཆེན་བཀའ་མཛོད་ཅེས་པ་དེ་བཀའ་བརྒྱུད་སྟགས་མཛོད་དང་དོན་གཅིག །ཐུན་
མོང་མ་ཡིན་པའི་མཛོད། ཅེས་པ་ཀོང་སྤུལ་རིན་པོ་ཆེའི་བཀའ་འབུམ་ནང་རྟུ་མ་
འདུས་པའི་གསུང་ཚུལ་སྐོར་རྣམས་དང་། ཟབ་གཏེར་སྐོར་རྣམས་བསྟོམས་པས་
བདུན་ཡོད་པ་འཇམ་དབྱངས་མཁྱེན་བཅེའི་ཞལ་གསུང་ལྟར་རོ། །ཀོང་སྤུལ་རིན་
པོ་ཆེའི་གསུང་ནང་བརྟག་རྒྱུད་གསུམ་གྱི་འགྲེལ་པ་དང་། དེ་བཞིན་གཤེགས་
པའི་སྤྱིང་པོ་བསྟན་པའི་འགྲེལ་པ། རྣམ་ཤེས་ཡེ་ཤེས་འབྱེད་པའི་འགྲེལ་པ་རྣམས་
བཀའ་འབུམ་ནང་རྟུ་བརྟག་མེད་པའི་རྒྱ་མཆོན་ཡང་དེ་ཡིན་ངེས། མཛོད་གཞན་
བཞི་པོའི་སྤྱིན་ལས་ད་ལྟར་རྒྱས་བཞིན་པ་ལྟར། ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་མཛོད་
པོད་བདུན་དེའང་བསྐྱར་བསྐྱེགས་ཆ་ཆང་བ་ཞིག་བྱ་སྟེ་འགྲེམས་སྟེལ་གནང་འོས་
པ་ཞིག་རེད། །འཇམ་མགོན་ཀོང་སྤུལ་རིན་པོ་ཆེས་བཀའ་བརྒྱུད་སྟགས་མཛོད་རོ་
སྟོད་སྐབས། དེ་དག་གི་རྒྱབ་ཚུན་ལྟ་བུར་ཐེག་པ་ཆེན་པོ་རྒྱུད་སྤྱི་མའི་འགྲེལ་པ།
དཔལ་དཔྱེས་པ་རྟོ་རྟེན་ཅུ་རྒྱུད་བརྟགས་པ་གཉིས་པའི་སྤྱི་དོན་དང་འབྲུ་འགྲེལ།
རྟོ་རྟེན་བྱུང་པའི་ཟབ་མོ་ནང་དོན་འགྲེལ་པ། རྣམ་ཡེ་འབྱེད་པ་དང་སྤྱིང་པོ་
བསྟན་པ་བཅས་གྱི་འགྲེལ་པ་དེ་དག་གོ་སྤྱི་གཙོར་སྟོན་རྟུ་དམིགས་ནས་གསར་
སྟེལ་བགྱིས། ཞེས་འདི་དག་སྟགས་གྱི་རྒྱབ་ཚུན་ཞེས་བཞག་གནང་འདུག་ཀྱང་།
མཐར་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་མཛོད་རོ་སྟོད་གནང་སྐབས། མཛོད་ལུ་དེ་དག་
གི་སྟོགས་སུ་ཅི་རིགས་པར་གཏོགས་པའི་རང་ཚུལ་ཐོར་བུའི་རིགས་སྟོགས་བསྟུས་
ལ་ཀུན་མཁྱེན་སྤྱི་མ་རིན་པོ་ཆེ་འཇམ་དབྱངས་མཁྱེན་བཅེའི་དབང་པོས་ས་
བཅད་བཅོ་ལུ་ཟླ་བ་ཉ་པའི་གུངས་ལུན་གྱི་དཀར་ཆག་མཛོད་པ་ལྟར་བུ་སྟེ་བདུན་
བཅས་སོ། །ཞེས་ཐུན་མིན་མཛོད་ནི་འཇམ་དབྱངས་མཁྱེན་བཅེའི་དབང་པོས་
ཀོང་སྤུལ་རིན་པོ་ཆེའི་མཛོད་སྤྱིན་རྣམས་ལས་སྟོགས་བསྟུས་མཛོད་ཅིང་ཐུན་
མོང་མ་ཡིན་པའི་མཛོད་ཅེས་གཏན་འབེབས་གནང་བ་ཞིག་ཡིན་པར་གསལ་
བས་དེས་ན་འཇམ་དབྱངས་མཁྱེན་བཅེའི་གསུངས་ལྟར་ཡིན་པ་གདོན་མི་བཟོ། །

གཞིས། མཛོད་ཆེན་ཆུང་ལཱ་ཁྲི་ལྷན་བསྐྱོགས་པའི་སྐོར།

1 མཛོད་ཆེན་ཆུང་ལཱ་ཁྲི་དང་པོ། ཤེས་བྱ་མཛོད།

ཀོང་སྤུལ་རིན་པོ་ཆེའི་རང་རྒྱལ་ལས། 【1862 ཚུ་བྱི་ལོ།】 ལུན་བར་རྒྱལ་སྤྱི་
བསྐྱབ་པ་གསུམ་གྱི་བརྟན་བཅོས་ཤེས་བྱ་ཀུན་ཁྲབ་ཙ་བ་བྱིས། ཐུས་སུ་རྩེ་བྲ་
མར་གཟིགས་སུལ་བས་དེ་སྐབས་ངེས་པར་བྲ་མའི་བྱིན་རྒྱབས་དང་། མཁའ་
འགྲོས་ཙ་མོ་ཐུས་པའི་སྟོབས་ལས་བྱང་བ་ཡིན་འདུག་པས་འདི་ཉིད་མཛོད་ཆེན་
ལཱ་ཁྲི་ཐོག་མ་ཤེས་བྱ་མཛོད་དུ་བཞག །རང་འགྲེལ་ཅིག་ཅིས་ཀྱང་དགོས་ཞེས་
ལེགས་སའི་གནང་སྐྱེས་སྤུལ། ལྷོ་ལོ་༡༨༦༢པའི་ཚུ་བྱི་ལོར་མགོ་བཙམས། ཤིང་བྱི་
ལོར་ཡོངས་སུ་གྲུབ།

2 མཛོད་ཆེན་ཆུང་ལཱ་ཁྲི་གཞིས་པ་བཀའ་བརྒྱུད་སྤྱལ་མཛོད།

ཀོང་སྤུལ་རིན་པོ་ཆེའི་རང་རྒྱལ་ལས། 【1854 ཤིང་སྟག་ལོ།】 ལྷུབ་ཁང་དུ་འང་
ཟླ་སྤུལ་ཀམར་ཐེབ་ཐུན་ངེད་རང་ནས་ལྷུབ་ཐེབས་བརྒྱུད་གྱི་རིང་ཙམ་བྲིད་བྲིད་
དགོས་པ་བྱང་བས་ཡར་ལམ་བྲིད་ཀ་ཁ་ཤས་བྱས་ནས་ཀྱང་ཁྲོད་དུ་ཐུན། སྤར་
གྲགས་རྒྱུད་མེ་རྒྱལ་གྱི་ཁར་མར་ལུགས་གྱི་རྒྱུད་མེ་གཞན་ཁ་ཤས་ཀྱང་རྩེད་པ་
བཅས་རྒྱུད་མེ་བཅུ་གསུམ་ལྟག་ཙམ་གྱི་ལྷུབ་དགྱིལ། དེ་དག་གི་ཉེར་མཁོ། རྩོགས་
རིམ་རྒྱལ་གྱི་བྲིད། རྩོགས་གནང་རིགས་བཀའ་སྤྱང་སྟོར་བཅས་ལ་བཀའ་བརྒྱུད་
སྤྱལ་མཛོད་དུ་མཛུགས་གསོལ་ནས། བ་ནིང་གི་འགྲོས་རྒྱལ་རིམ་པར་བསྐྱོགས།
ཞེས་སོ། །

3 མཛོད་ཆེན་ཆུང་ལཱ་ཁྲི་གསུམ་པ་རིན་ཆེན་གཏེར་མཛོད།

ཀོང་སྤུལ་རིན་པོ་ཆེའི་རང་རྒྱལ་ལས། 【1861ལྷུགས་བྱ་ལོ།】 ལྷུགས་བྱ་གསར་
ཆོས་གྱི་གསུམ་ལ་གྲོལ། ངེད་རང་སྟོལ་དཀར་དང་འཕགས་མའི་སྤྱིང་ཐིག་སོགས་
བསྟན་མཛུགས་རིང་སྤུལ་བྱས། ཟླ་བ་གསུམ་པར་ཀུན་གཟིགས་མཁྱེན་བཙེ་རིན་
པོ་ཆེ་ཐེབས། འདི་སྐབས་དག་པའི་གཟིགས་སྤང་དུ། མཛོད་ཆེན་ཤིན་ཏུ་ཆེན་པོ་
ཞིག་ལ་སྟོ་བཞི། བུ་སྟོ་དང་ལྷ་འདུག་པ་ལ་ཐེབས་པས་ནང་དུ་ཆེན་དང་བཀོད་
པ་སྤྱེགས་བམ་ཤིན་ཏུ་མང་པོ་འདུག་པ་འདི་ཅི་རེད་ཅེས་དྲིས་པས། མི་ཞིག་གིས་

དོ་སྤྱད་ནས་འདི་མཛོད་ལུ་ཞེས་པ་ཡིན་ཚུལ་རྒྱ་མཚན་ཤིན་ཏུ་མང་པོ་བཤད་པ་
 ཞིག་བྱང་བས་བྱོད་ལ་མཛོད་ལུ་ཞེས་པའི་བཀའ་བབས་ཤིག་ཡོད་པ་ཡིན་འདུག་
 པས་གཏེར་ཆོས་བསྐྱེགས་མ་འདི་རྣམས་ལའང་གཏེར་མཛོད་ཀྱི་མིང་བཏགས་
 དགོས་འདུག་གསུངས། ཞེས་གསུངས་སོ། །

4 མཛོད་ཆེན་རྣམ་ལུའི་བཞི་པ་གདམས་ངག་མཛོད།

ཀོང་སྤུལ་རིན་པོ་ཆའི་རང་རྣམ་ལས། 【1871ལྷགས་ལྷག་ལོ】 ལྷགས་ལྷག་
 གནམ་ལོ་གསར་ཆོས་ཀྱི་ལྷ་བ་དང་པོའི་ཆོས་གཅིག་ལ་པར་འོད་གསལ་མདོ་
 ལྷགས་སྤྱིང་པས། དགོངས་གཏེར་ཆ་གསུམ་དགོངས་པ་ཀུན་འདུས་ཀྱི་ཆོས་སྐྱོར་
 འགའ་ཞིག་གི་དཔེ་མཇལ་ཁ་གནང་ནས་ཆོས་བདག་ཡིན་པའི་དབུགས་དབྱང་
 ལྷལ། མཆོག་སྤྱིང་ཟབ་གཏེར་ཡང་ཟབ་སྐྱོར་བདུན་གྱི་ཐོག་མ་སྤྱི་མའི་བྱིན་རྒྱལས་
 དང་། མར་ལྷགས་རྩོམ་སེམས་ཉེ་ཏུ་ཀའི་བྱིན་རྒྱལས་སོགས་ཀྱང་གནང་། རང་
 རྣམ་རྒྱུ་བ་བརྒྱད་ཤིང་ཉ་ཆེན་པོ་བརྒྱད་ཀྱི་བཀའ་སྲོལ་ཁྱེས་ཐོབ་བྱས་པ་རྣམས་
 རྒྱུད་ཟོས་མ་སོང་བར་དབང་བྲིད་གདམས་ངག་གཙོ་ཆེ་བ་རྣམས་སྤྱོགས་བསྐྱེགས་
 ཤིག་གྱུ་བ་ན་ཅི་འདྲ་སྒྲམ་པའི་གནས་ཚུལ་ཁྱེས་པས། ཁོང་ནས་བྲིད་ཡིག་ཤུ་ཉི་
 ཉེ་ཤུ་ཡོངས་པ་བྲིས་ཡོད་ཀྱང་དབང་སོགས་ཁ་ཆང་བ་མེད་ཅིང་ཉོབ་ཆེ། བྲིད་
 ཀྱིས་དེ་ལྟར་ཤིན་ཏུ་ལེགས་པས་དེ་ལྟར་བསྐྱེགས་ནས་གདམས་ངག་མཛོད་ཏུ་
 གདམས་དགོས་གསུངས། ལམ་འབྲས་པོད་དམར་ནག་སོགས་ཀྱི་ལྷང་དང་
 གདམས་ངག་མཛོད་པོད་བཅུ་ཉེ་མོ་བཀོད། གཏེར་མཛོད་གདམས་མཛོད་རྣམས་
 ཀྱི་བརྒྱུད་ཡིག་གྱང་ཞིབ་ཆ་མཛོད། ལམ་སྐྱོར་བརྒྱུད་ལ་བྲིད་ཡིག་ཞིག་གི་དགོས་
 ཞེས་ཐེབ་ཅིང་ཁས་སྤྲངས་ཁྱེས་པའི་ཆོས་དགའི་ལུ་རྩེ་སྤྱི་མའི་མནལ་ལྷས་སྤྱོད་
 ཞེས་སོགས་གསུངས་སོ། །

5 མཛོད་ཆེན་རྣམ་ལུའི་སྤུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་མཛོད།

ཀོང་སྤུལ་རིན་པོ་ཆའི་རང་རྣམ་ཀྱི་མཚུག་ཏུ་མཛོད་ཆེན་རྣམ་ལུའི་པོད་
 གྱངས་དང་། ཆོས་ཚན་རྣམས་ཅུང་ཟད་རྒྱས་པར་མཀོད་པའི་མཐར། སྤུན་མོང་
 མ་ཡིན་པའི་མཛོད་ཀྱི་སྐྱོར་ལ་འདི་ལྟར་གསུངས་པར། ལུ་པ་སྤུན་མོང་མ་ཡིན་

པའི་མཛོད་ཅེས་རྗེ་སྤྲུལ་མ་འཇམ་དབྱངས་མཁྱེན་བཟེ་རིན་པོ་ཆེས་རྟེན་འབྲེལ་
 ཅམ་གྱི་ས་བཅད་མཛོད་ཅིང་ཤོག་སེར་དང་དམ་ཚུལ་མང་ཞིག་ལག་ཁར་སོན་
 གྲང་པལ་ཆེར་གནས་དུས་ཀྱི་རྟེན་འབྲེལ་ཡོལ་བྱིན་པ་དང་། འགའ་ཞིག་སྤྱི་
 མཐུན་བསོད་ནམས་དམན་པའི་ལས་དབང་ལྟ་བུས་སྟོགས་ཁ་ལ་འོང་བ་ལྟེས་
 སུལ་བའི་དཔེར་སོང་བས་འདིར་སྟོས་རིན་ཆོག་པ་ནི་མ་མཆིས་ཤིང་། མཛོད་ལྔ་
 དེ་དག་གི་སྟོགས་སུ་ཅི་རིགས་པར་གཏོགས་པའི་རང་ཚཱ་ཐོར་བུའི་རིགས་
 སྟོགས་བསུས་ལ་ཀུན་མཁྱེན་སྤྲུལ་མ་རིན་པོ་ཆེ་འཇམ་དབྱངས་མཁྱེན་བཟེའི་
 དབང་པོས་ས་བཅད་བཅོ་ལྔ་ཟླ་བ་ཉ་བའི་གྲངས་ལྟར་གྱི་དཀར་ཆག་མཛོད་པ་
 ལྟར་བུལྟེ་བདུན་བཅས་སོ། ཞེས་གསུངས་སོ། །

མཛོད་ཆེན་ཆམ་ལྔ་ལ་བུ་ལྟེ་རི་ཅམ་ཡོད་ཅེན། རང་རྒྱལ་ལས། “ཤེས་བྱ་
 ཀུན་བྱབ་པོད་གསུམ། བཀའ་མཛོད་ནང་བརྟགས་རྒྱད་གསུམ་འབྲེལ་པ་བཅས་
 པོད་དུག །རིན་ཆེན་གཏེར་མཛོད་བཀའ་རྒྱའི་སྟོར་བཅས་པོད་དུག་ཅུ་ཡར་
 བཀའ། ཀདམས་མཛོད་པོད་བཅུ། ཚཱ་པོད་ཐོར་བུ་བདུན་སོགས་” ཞེས་
 གསུངས་སོ། །

ཞེས་པ་འཇམ་མགོན་ཀོང་སྤུལ་རིན་པོས་སྟོགས་བསྐྱེགས་གནང་བའི་མཛོད་ཆེན་ཆམ་ལྔ་
 ཞེས་རྒྱང་ལྟར་གསུམ་པ་དེ་ལས། དེང་དུས་མཛོད་ཆེན་བཞིའི་ཕྱིན་ལས་ཡར་ཟླ་ལྟར་རྒྱས་
 གྲང་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་མཛོད་ཀྱི་ཕྱིན་ལས་ལྟ་ཅི། མཚན་གཞི་ཅམ་ལའང་ཁ་གསལ་མེད་
 པའི་སྐབས་འདིར། ཉེ་ཆར་འཇམ་དབྱངས་མཁྱེན་བཟེའི་དབང་པོའི་བཀའ་འབུམ་དཔེ་སྟོན་
 བྱེད་པའི་སྐབས་སུ། ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་མཛོད་ཅེས་པ་གང་ཡིན་གསལ་པོར་རྟོག་སོང་བས།
 མཛོད་འདི་བསྐྱར་བསྐྱེགས་པར་སྤུལ་མའི་ཆེད་དུ་ཤར་དཔལ་སྤངས་པའི་གོང་འདབས་སུ་
 སྟེས་པའི་རྒྱལ་ཁམས་པ་ཐུབ་བསྟན་ཐུན་ཆོགས་དེས། ཁྱིལ་ ༢༠༡༤ ལོའི་ཟླ་བ་༤པའི་ཆེས་
 ༢༠ཉེན་ཁྱིམ་སོ། །

མིག་ལྔ་པོ་གྲུབ་མཐའ་སོ་སོའི་མཁན་པོ་མཁས་གྲས་རྣམས་ཀྱིས་

2016.6.25

གནའ་བོའི་རྩལ་སྤྱོད་པོ་དེ་གི་ཡུལ་འདིར་མཁས་གྲུབ་ཀྱི་སྤྱི་ཚིགས་ལ་ཆེ་
 བསྟོད་དང་འབྲེལ་བའི་བསྟན་པ་བརྒྱུད་ལས། རྣམས་པོ་རིན་པོ་ཆེས་དཔེ་སྟོན་
 གྱི་གྲུབ་ཐོབ་ཁམས་པ་མི་གསུམ་ཞེས་བསྟོད་བསྟན་གནང་བ་ནི། ཡུལ་གྱི་སྤྱི་
 རྣམས་མཁས་གྲུབ་ཀྱི་གང་ཟག་སྟོགས་བསྟོན་པ་ཞིག་རེད། གྲུབ་ཐོབ་ཁམས་
 པ་མི་གསུམ་ནི། ཀམ་པ་དང་པོ་རྩལ་གསུམ་མཐུན་པ། བག་མོ་གྲུབ་པ་རྩི་རྒྱུ་
 པོ། གསལ་སྟོང་ལྟ་སྟེན་གསུམ་ལ་ཟེར། འདི་ནི་རྩལ་མཉམ་རྩལ་སྤྱོད་གཅིག་གི་
 སྟོན་པ་ལ། རྩལ་མཉམ་རྩལ་སྤྱོད་གསུམ་ལྟར་རྩལ་པོ་ཞིག་ཡིན། དེ་རྩིས་
 རྣམས་པོ་བཀའ་བརྒྱུད་པ་རྣམས་ཀྱིས་ལོ་རྒྱུས་ཐོག་རྩལ་པོ་གྲུབ་མཐའི་ཁྲིའི་ན་
 མཁས་པ་གང་བྱུང་སྟོགས་བསྟོན་པ་ལ། གངས་ཅན་མཁས་པའི་རྒྱུ་
 བཞི་ཟེར་བ་མཉམ་མེད་རྣམས་པོ་ལྟ་རྒྱུ། ཀམ་པ་གསུམ་པ་རང་བྱུང་རྩི་རྒྱུ།
 མཚུར་སྤྱོད་འཇམ་དབྱངས་ཆེན་མོ། ཀམ་པ་བདུན་པ་ཆོས་གསུམ་རྒྱ་མཚོ་བཅས་
 ལ་ཟེར། སྟོགས་བསྟོན་འདི་ནི་ཀམ་པའི་སྤྱི་ཚིགས་འཇམ་གྱིང་རྒྱུ་གི་སྤྱོད་
 སྤྱོད་པ་ཞིག་ཡིན་སྟབས་ཕལ་ཆེར་སྤྱི་ཚིགས་ལས་མས་ཅན་ཞིག་ན་བྱུང་ཡོད་
 པར་དེས་ཏེ། རྩི་མི་བསྟོད་རྩི་རྩི་དཔེ་ཁོངས་སྤྱོད་པའི་ཕྱིར་རོ། །

དཔལ་ལྷན་ས་སྤྱོད་པའི་རང་ལྷགས་ཀྱི་གངས་ཅན་མཁས་པའི་རྒྱུ་རྩལ་ཅེས་
 པ་ནི། མདོ་ལ་མཁས་པ་གཡག་རྩི་རྣམས་གཉིས། ལྷགས་ལ་མཁས་པ་ཀུན་
 དགའ་རྣམས་གཉིས། མདོ་ལྷགས་གཉིས་ཀ་ལ་མཁས་པ་གོ་ལྷག་རྣམས་གཉིས་ཟེར་
 སྤྱོད་ཡོད། གཡག་རྩི་རྣམས་གཉིས་ནི། གཡག་སྤྱོད་སངས་རྒྱུས་པ་དང་།
 རྩི་རྩི་མེས་བྱ་ཀུན་གཟིགས་གཉིས་སོ། ཀུན་དགའ་རྣམས་གཉིས་ནི། རྩི་
 ཆེན་ཀུན་དགའ་བཟང་པོ་དང་། རྩི་པ་ཀུན་དགའ་རྣམས་རྒྱལ་རྣམས་གཉིས། གོ་

ཤུག་ནམ་གཉིས་ནི། སྔ་རམས་པ་བསོད་ནམས་སེང་གེ་དང་། རྩོན་ཤུག་
ཚུཾ་མཆོན་ནམ་རྩོན་ཤེས་བྱ་ཀྱན་གཟིགས་ནམ་གཉིས་སོ། །

གཞན་ཡང་གངས་ཅན་མཁས་པའི་རྒྱ་གསུམ་ཟེར་བ་ཞིག་བསྟངས་སྟོལ་
བྱང་ཡོད་པར། ས་རྒྱ་པརྟི་ཏ་ཀྱན་དགའ་ཚུཾ་མཆོན། བྱ་རྩོན་ཐམས་ཅད་
མཁྱེན་པ། རྩེ་ཅོང་ཁ་པ་གསུམ་ལ་ཟེར། དེ་ནི་རུས་རབས་གང་དང་གང་
ཟག་གང་ཞིག་གིས་སྟོ་ལས་བྱང་བ་ཡིན་པའི་ལོ་རྒྱུས་མ་གསལ། །

རུས་ཕྱིས་འཇུ་མི་པམ་ནམ་ཚུཾ་རྒྱ་མཆོས་གངས་ཅན་འཇམ་དབྱངས་ནམ་
གསུམ་ཞེས་བསྟགས་པ་ནི་ས་པར་ཀྱན་དགའ་ཚུཾ་མཆོན་དང་། ཀྱན་མཁྱེན་
སྟོང་ཆེན་རབ་འབྱམས། རྩེ་ཅོང་ཁ་པ་སྟོ་བཟང་གྲགས་པ་གསུམ་ཡིན། །དེ་དག་
ནི་རྩོན་གྱི་མཁས་པ་ནམས་ཀྱིས་ལོ་རྒྱུས་ལ་ཕྱི་མིག་བལྟས་ནས་སྟོགས་བསྟོམས་
བྱས་པ་ཞིག་རེད། །

དེར་རུས་བོད་གྱི་ཆོས་ལུགས་ཀྱི་མཐའ་ཁག་སོ་སོའི་ནང་རྩེ་ཆོས་གྱི་རིག་
གཞུང་ལ་མཁས་པ་དང་། རང་ལུགས་གྱི་བྱ་མོང་མ་ཡིན་པའི་གདམས་ངག་གི་
རྒྱ་རྒྱུང་མཁན་རྟེན་གྲགས་ཆེ་ཤོས་རེ་བདམས་ནས་ཁམས་གྱི་མཁན་ཆེན་ནམ་
རྒྱལ་ཅེས་པ་ཞིག་མཆོན་གསོལ་ན་མིག་སྟེང་གྱི་ཆོགས་གནས་ཚུཾ་སྟོགས་
བསྟོམས་དང་། འབྱུང་འབྱུར་བོད་གྱི་ཆོས་ལུགས་ལོ་རྒྱུས་ཞིབ་འཇུག་བྱེད་པ་ལ་
ཕན་པར་སེམས་ནས། གྱུབ་མཐའ་སོ་སོལ་ཞིབ་འཇུག་བྱེད་པའི་མཁས་དབང་
ཆེད་རམས་པ་ནམས་དང་། སོ་བོ་དང་འབྲེལ་ཡོད་གྱི་གྱུབ་མཐའ་རང་རང་གི་
བླ་སྟེན་འགའ་ཞིག་ལ་མིག་སྟེང་གྱུབ་མཐའ་རང་རང་གི་ནང་རྩེ་མཁན་པོ་མཁས་
ཤོས་དང་། རྩོན་གྲགས་ཆེ་ཤོས། རྩེ་ཆོགས་ཐོག་ཤུགས་རྒྱུན་ཆེ་ཤོས་བཅས་གང་
ཡིན་གྱི་སྟེ་པར་དང་། ལོ་རྒྱུས་གནད་བསྟུས་རེ་མཁོ་འདོན་གནད་རྒྱུ་རེ་ཞུས་
བྱས་པར་བརྒྱུད་ནས་བརྟན་པག་གསུམ་གྱི་རིང་ལ་གྱུབ་མཐའ་སོ་སོའི་མཁན་པོ་
ནམས་གྱི་མཆོན་པོ་འབྱོར་པ་ནམས་དམངས་གཙོའི་ཚུཾ་རྒྱ་གང་མང་བ་རེ་
བདམས་ནས་འདིར་ཁམས་གྱི་མཁན་པོ་མཁས་ཤོས་ནམ་རྒྱལ་ཚུཾ་མཆོན་གསོལ་
ནས་ངོ་རྒྱུད་ཞུས་ཡོད། མཁན་པོ་འདི་དག་གི་རིམ་ཅི་གྱུབ་མཐའ་སོ་སོའི་བྱང་

བའི་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་གོ་རིམ་ལྟར་བཀོད་པ་ཡིན།

བོན་པོ།

དད་པའི་ས་བོན་གངས་རིའི་སྒྲོང་ནས་བརྒྱུ། །
རང་བྱུང་རི་མཚོར་དད་པའི་ལྷ་རུ་བཀྱར། །
གདོད་མའི་བོད་ཁམས་ནི་བདེའི་རིག་གནས་སྟེལ། །
གཡུང་རྒྱུང་བོན་གྱི་བསྟན་པ་སྒྲོངས་འདིར་དར། །

ཞང་བོད་སྟན་བརྒྱུད་རིག་གཞུང་རང་ལྷགས་སྒྲོང་། །
ཐེག་པ་རིམ་དགུས་གཡུང་རྒྱུང་ལམ་མཚོག་སྟོན། །
རང་ལྷགས་འབྲུལ་མེད་གཏོ་མདོས་ཡས་སྒྲུང་སྟེལ། །
བོན་གྱི་མཁན་ཆེན་འཛིགས་མེད་དབང་ཕྱག་རྟེ། །

སྟིང་མ།

མདོ་རྒྱ་སེམས་གསུམ་རྒྱབ་པ་བཀའ་བརྒྱུད་དང་། །
སྟིང་ཐེག་ཡ་བཞི་བཅུ་གཉིས་མན་ངག་སོགས། །
སེམས་སྒྲོང་གདམས་པའི་སྟིང་བཅུད་ཀྱན་འདུས་ཚོས། །
ཐེག་དགུའི་ཡང་ཅེ་སྤྱེ་འགྱུར་སྟིང་མའི་སྟོལ། །

རྒྱལ་དབང་པདྨའི་བཀའ་སྟོལ་དྲི་མེད་གཞུང་། །
རྒྱ་བོད་གདུལ་བྱའི་ཁམས་ལ་སྟེལ་བའི་མགོན། །
སྤྱེ་འགྱུར་བསྟན་པའི་གཙུག་རྒྱན་ཚོས་ཀྱི་རྟེ། །
སྟིང་མའི་མཁན་ཆེན་ཚུལ་ཁྲིམས་སྟོ་གོས་རྟེ། །

བཀའ་བརྒྱུད།

རྒྱལ་བའི་བཀའ་ལུང་དྲི་མེད་རང་སོར་འཛིན། །
བཀའ་བབ་བཞི་སྟན་སྟིང་པོའི་གནད་དུ་སྟོལ། །
མར་མི་བརྒྱུད་པའི་བྱིན་རྒྱལས་ཚན་ཁ་ཅན། །

བཀའ་ཐུག་གཉིས་ལྟན་དྲགས་པོ་བཀའ་བརྒྱད་པ། །
 རྒྱུད་སྡེ་བཞི་དང་གཞུང་ཆེན་ནམ་ལུ་སོགས། །
 བྱད་པར་ནང་བརྟག་རྒྱུད་ལ་མངའ་བརྟེན་པ། །
 རྟིགས་མའི་རུས་འདིར་རུར་རྟིག་འཆང་བའི་མགོན། །
 བཀའ་བརྒྱད་མཁན་ཆེན་དམ་ཚུས་ལྷ་བའི་ཞབས། །

ས་སྐྱུ།

ལྷ་ཆེན་འབྲོག་མའི་བཀའ་བབ་ལམ་སྐྱོར་དག། །
 ཉེ་བརྒྱད་སྤྲུལ་པའི་ས་ལྷགས་ལམ་སྐྱོལ་བཅས། །
 ཆང་ལ་མ་ནོར་ངི་བཞིན་སྤེལ་བའི་སྐྱོལ། །
 དཔལ་ལྟན་ས་སྐྱུའི་རིང་ལྷགས་སྤྲོངས་འདིར་མངོས། །

མདོ་སྤགས་རིག་པའི་གནས་ཀྱན་ཐུགས་སུ་རྒྱུད། །
 བརྟུ་བ་ནམ་བཞིའི་ཐབས་ཀྱིས་གདུལ་བྱ་སྦྱོང་། །
 དཔལ་ལྟན་ས་དོར་གོང་མའི་ལུང་གིས་བསྤགས། །
 ས་སྐྱུའི་མཁན་ཆེན་ཀྱན་དགའ་བཟང་པོའི་ཞབས། །

རྩོན་དང་།

ཡན་ལག་རྒྱག་ལྟན་རུས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་དང་། །
 དེས་དོན་མཐར་ཐུག་གཞན་སྟོང་དབུ་མ་གཉིས། །
 ཟུང་རུ་འབེལ་བ་ཕྱིར་མི་སྤྲོག་པའི་ལམ། །
 རིགས་ལྟན་ཆེན་པོའི་བཀའ་སྐྱོལ་རྩོན་དང་པ། །

འཁོར་ལོ་ཐ་མའི་དགོངས་དོན་གཞན་སྟོང་པའི། །
 ལུང་རིགས་མཐར་ཐུག་སང་གའི་ངར་སྤྲ་ཡིས། །
 མ་རྟེན་ལོག་སྐྱུའི་ཚོགས་ཀྱི་སྤྱིང་འབྱིན་པ། །
 རྩོན་མཁན་ཆེན་ངག་དབང་བཀྲ་ཤིས་རྩེ། །

དགེ་ལྷན།

བསྟན་པའི་གནི་མ་བསྐབ་པ་གསུམ་གྱི་བྲིམས། །
 རོ་བོའི་བཀའ་སྲོལ་ལམ་གྱི་རིམ་པ་བཅས། །
 དབྱད་གསུམ་དག་པའི་རྒྱལ་མཚན་སྒྲར་གསོ་བའི། །
 བཀའ་གདམས་གསར་མ་རི་བོ་དགེ་ལྷན་པ། །

ཆོས་དང་ཆོས་མིན་འབྱེད་པའི་རྣམ་དཔྱད་ཡངས།
 ལྷང་རིགས་དབྱར་སྤྱོད་རྒྱས་ས་གསུམ་འདར། །
 སྤྱན་ལས་དུས་དང་བསྟན་པའི་ཐབས་མཁས་ཅན། །
 དགེ་ལྷན་མཁན་ཆེན་འངམ་དཔལ་སློ་ཤེས་ཞབས། །

ཞེས་པ་བྱུང་མཐའ་སོ་སོའི་ཐུན་མིན་གྱི་གདམས་ངག་གི་བྱད་ཆོས་དང་། མིག་སྒར་
 མཁས་པའི་སྟན་ལྷན་ཆེ་ཤོས་ཀྱི་མཁན་པོ་རེ་བདམས་ནས་རྩ་སྟོན་གནད་བསྟན་ཞུས་པ་འདི་
 མི། རང་རིགས་གཞིན་ཅུ་རྣམས་ཀྱི་ཆོས་ལྷན་ཤེས་བྱའི་མཐོང་རྒྱ་ཆེར་བསྐྱེད་ཀྱི་ཆེད་དུ་རིས་
 མེད་བྱུང་མཐའ་ཡོངས་ལ་ཅུང་ཟད་བྱས་པའི་རྒྱལ་ཁབ་པ་ཐུབ་བསྟན་ལུན་ཆོགས་དེས། ལྷི་
 སྟོན་ལོ་༡༩༩༩ལོའི་ཟླ་བ་༩པའི་ཆོས་ལ་ཉིན། ལྷོ་རུབ་མི་རིགས་སློབ་གྲྭ་ཆེན་མོའི་རང་ཤག་ནས་སྤྱིངས་
 སོ། །

འཛམ་གླིང་གྱི་བསངས་ཆེས་པ་ཨོ་ཀྲ་པ་རང་བྱུང་རྩོམ་ཡིན་འདུག

2016.7.18

འཛམ་གླིང་གྱི་བསངས་ཆེས་པ་ཨོ་ཀྲ་པ་རང་བྱུང་ཡོད་པའི་བསངས་ཡིག་སྤྲོ་ཤོས་ནི་ཀྲ་པ་
 སྤྲོ་ཤིང་གསུམ་པ་རང་བྱུང་རྩོམ་མཛད་པའི་བསངས་ཡིག་དེ་ཡིན་འདུག །
 བསངས་ཡིག་དེ་ནི་རབ་བྱུང་དུག་པའི་ས་འབྲུག་གྱི་ལོ་ 1337 ལོར་ཀྲ་པ་རང་
 བྱུང་རྩོམ་བོད་ཀྱི་བྱང་སྟགས་སོག་ཆུ་ཁར་ལྷགས་ཟམ་བཅུགས་སྐབས། འཛམ་
 བྱ་གླིང་གི་གཞི་བདག་རྣམས་ལ་འཕྲིན་བཅོལ་གྱི་ཆེད་དུ་བཅུམས་པའི་བསངས་
 དཔེ་ཞིག་གི་མིང་ཡིན། དེ་རྩོམ་སྤྲོ་བོད་ཀྱི་ཡུལ་གྱི་སོ་སོར་ཟླ་བ་ལྷ་པའི་ནང་ཡུལ་
 ལྷ་བསོ་ཞིང་ལྷ་བསངས་བཏང་བའི་དུས་ཆེན་ཞིག་དར་བ་དང་། ལྷ་བསངས་
 བཏོང་སྐབས་འཛམ་གླིང་གྱི་བསངས་ཀྱི་དཔེ་ཆ་འདི་ཉིད་འདོན་སྟོལ་ཆགས་
 པར་འཛམ་གླིང་གྱི་བསངས་ཆེས་པ་ལྷ་བསོ་བའི་དུས་ཆེན་དེའི་མིང་ཆགས་པ་ཡིན་
 བཅས་སྟུན། རི་ལྷ་བསོ་ཞིང་ལྷ་བསངས་བཏང་བའི་དུས་ནི་ཡུལ་སོ་སོའི་ས་བབ་དང་
 བསྟན་པའི་དུས་ཆེད་མི་འདྲ་བ་ཅུང་ཟད་ཡོད་ཀྱང་། ཟླ་བ་ལྷ་པའི་ཆོས་བཅོ་ལྷར་
 དམིགས་བསལ་བོད་ཁམས་ཡོངས་ལ་ལྷ་བསངས་གཏོང་བའི་སྟོལ་དེ་ཡོད་
 འདུག །དེར་དུས་ཆེག་མཛད་འགའ་ཞིག་དང་། བོད་ཡིག་དབྱིངས་ཐེར་བྱ་རྒྱ་
 སོགས་ཀྱི་ནང་དུ་རྒྱལ་པོ་ཁྱིམ་ཁྱེའུ་བཅོན་སྐབས་སུ་གྲུ་ཏུ་པར་འབྱུང་གནས་
 ཀྱིས་མཛད་པ་རེད་ཅེས་བྲིས་འདུག་པ་དེ་ནི་ལྷ་བསངས་རྒྱག་བརྟན་དང་གཅིག་དུ་
 འབྲུལ་ནས་ངོ་སྟོན་བྱས་པར་སེམས། ལྷ་བསངས་རྒྱགས་བརྟན་ནི་སྟོབ་དཔོན་
 པར་ལྷས་མཛད་ཅིང་གཏོར་སྟོན་རིག་འཛིན་ཆོད་ལྷུ་མ་གྱིས་གཏོར་ནས་བཏོན་པ་
 ཞིག་རེད། རོན་དངོས་རིག་འཛིན་ཆོད་ལྷུ་མ་རང་གིས་བཅུམས་པ་ཞིག་ཡིན་པ་
 ནི་སྟོན་མ་དགོས་པ་ཞིག་རེད། མཚན་གཞན་དངོས་སྟབ་རྒྱལ་མཚན་ཡང་ཟེར།
 རབ་བྱུང་དུག་པའི་མེ་སྤང་གྱི་ལོ་1337ལོར་གཅིང་ངམ་རིང་དུ་འབྱུངས་ཤིང་རབ་

བྱུང་བདུན་པའི་ས་བྱི་སྤྱི་ལོ་1408ལོར་གཤེགས་པའི་རྟིང་མའི་གཏེར་ཆེན་ཞིག་
རེད། འོན་ཀྱང་འཛམ་གླིང་སྤྱི་བསང་དང་རྒྱགས་བརྩན་གཉིས་དོན་གཅིག་མིན་
པར་ཤེས་པ་བྱ་དགོས། སྤྱོད་དཔོན་པརྩས་མཛད་པའི་འཛམ་གླིང་སྤྱི་བསངས་
ཟེར་ནི་ཁྲུངས་ལྡན་གྱི་ལོ་རྒྱུས་ཡིག་ཆ་གང་ལའང་མཐོང་རྒྱ་མི་སྤང་། །གལ་སྲིད་
བསང་རྒྱགས་བརྩན་ལ་འཛམ་གླིང་སྤྱི་བསངས་ཞེས་པའི་ཁ་བྱང་ཞིག་ཡོད་ནའང་
ཀམ་པ་རང་བྱུང་དོ་རྗེས་མཛད་པའི་འཛམ་གླིང་སྤྱི་བསངས་ཞེས་པའི་ཁ་བྱང་
ཅན་དེ་ནི་རིག་འཛིན་མོད་ལྟེན་འབྲུངས་པའི་སྐབས་སུ་བརྩམས་ཟིན་ནས་ལོ་
བརྒྱུ་འདས་ཟིན་པ་རེད། ཐོད་འདྲིར་གོམས་སྟོལ་དུ་སྒྲ་མ་ཞིག་གིས་གང་བྱུང་དུ་
གསུངས་པ་དེ་ཁྲུངས་ལྡང་གང་ཡང་མི་དགོས་པ་གཡམ་རྒྱག་གིས་བདེན་པ་
འཛིན་སྟོལ་ཞིག་ཡོད་སྟབས། ཐོད་ལྟུལ་དུ་དབྱར་དུས་སུ་འཛམ་གླིང་བསངས་
ཟེར་བ་གཏོང་སྟོལ་ཡོད་པའི་བསངས་ཡིག་ཁྲུངས་ལྡན་ཞིག་མ་རྟེན། བསང་ཡིག་
རྟིང་ཤོས་གལ་ལ་བྱུབ་མཐའ་རིས་མེད་ཀྱིས་བེད་སྤྱོད་པའི་ལྟ་བསངས་རྒྱགས་
བརྩན་འདི་ལ་ཡིན་པ་ཆོད་དཔག་གནང་ཡོད་པར་འདྲ། མདོར་བསྟུས་ན། མིག་
སྒར་ཐོད་ཀྱི་ཡིག་ཆ་དག་ལས་འཛམ་གླིང་སྤྱི་བསངས་ཞེས་པའི་ཁ་བྱང་ཅན་གྱི་
དཔེ་ཆ་སྤྱི་ཤོས་དེ་ཀམ་པ་རང་བྱུང་དོ་རྗེས་གསུངས་འདི་རེད་འདུག།

ཅེས་ཐོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་སྤྱི་བའི་རྒྱལ་ཁམས་པ་བྱུབ་བརྩན་ལུན་ཚོགས་དེས་སྤྱི་ལོ་༢༠༡༢ལོའི་ཟླ་
བ་ལྔ་པའི་ཚེས་༡༤ཉིན་སྤྱིངས།

ཤུག་ཐུབ་ཚུལ་ལྷགས་འདི་ན་སྤང་།

2016.8.2

སེར་ཤུལ་རྫོང་གི་བྱང་ཕྱོགས་ན། །
 ལེ་དབར་སུམ་རུའི་པ་རོལ་ན། །
 ཚུལ་གྱི་རྒྱལ་པོ་ཙུང་ཁ་པའི། །
 རྒྱུད་འཛིན་སེར་ཤུལ་དགོན་པ་ཡོད། །
 རྩེ་བཅུན་སྤྲེལ་མའི་ཚེམས་བཟང་དང་། །
 འཕགས་ལུལ་བཅུན་པའི་གཞུང་སྐྱོ་སྐྱོ། །
 སྤྱིད་ན་དགོན་པའི་རྟེན་བཟང་མཚོག།
 རྩེ་འབངས་དང་གསུམ་རྒྱུ་རུ་བཞུགས། །
 རྟེན་པ་རུས་ཐུབ་པའི་ཕྱིན་ལས་པ། །
 མི་ཡི་རྣམ་རོལ་བྱི་པ་རྩེར། །
 འཇམ་དཔལ་སྒོ་ཤེར་ལ་སྐྱོ་སྐྱོ་པ། །
 ཉེ་སྐྱོ་བཟུང་སྐྱོལ་དག་བཤེས་བཟུང། །
 སེར་ཕྱིན་རུག་དང་བཟུང་དོས་བཞི། །
 ཡང་དག་ཐབས་ཀྱིས་འགོ་རྣམས་སྒོལ། །
 རྟེན་དང་བརྟེན་དང་བཀའ་རྒྱ་སྐྱོ་སྐྱོ། །
 ཚུལ་མིན་སྒྱུད་པ་རིང་རུ་དོར། །
 མཇེད་སྒྱུད་ཐུབ་པའི་བཀའ་དང་བཟུན། །

བསྐྱབ་སྒོམ་མིག་འབྲས་བཞིན་རུ་སྤྱང་། །
 ལྷང་བའི་དྲི་མ་རིང་སྤངས་པའི། །
 ཚུལ་བྲིམས་རྒྱལ་མཚན་འདི་ན་བཅུགས། །
 དབང་ལ་ནོར་གྱིས་ཉ་ཚོང་མེད། །
 སྐབས་ལ་ཚོང་གཏམ་གོང་རྒྱབ་མེད། །
 དད་ལྡན་རེ་བའི་སྤྱན་ལས་པ། །
 བྱིད་ནི་ཐུབ་པའི་རྩིས་འབྲུག་དངོས། །
 སྤྱི་ཚུལ་བསྐྱབ་པ་གསུམ་གྱིས་མངོས། །
 ནང་རུ་ཕྱི་སྒོད་གསུམ་གྱིས་ཐུག།
 གསང་བ་རྒྱལ་བའི་སྤྱན་ལས་པ། །
 མདོ་ཁམས་ཐོད་ཀྱི་ན་ལེན། །
 གངས་ཅན་མེས་པོའི་སྤྱོད་རྒྱན་དང་།
 ཤར་རྒྱབ་མཁས་པའི་ཉམས་སྦྱང་སོགས། །
 གཅིག་བསྐྱས་ཐོད་ལྷགས་སྤྲན་ཁང་གིས། །
 གངས་ཅན་འབྲོག་སྤེའི་ནད་རིགས་བཙོམ། །
 ཕྱི་འབངས་ཞབས་ཞུས་ལག་རྩལ་པ། །
 ནད་ཀྱི་གཉེན་པོ་གསོ་རིག་པ། །
 གང་ལ་གང་དགོས་ཤེས་ཡོན་པའི། །
 འབྱུང་ཁུངས་ལས་རིགས་སློབ་གྲྭ་ཡོད། །
 སྤྱི་ཁྱེད་འཆི་སྤྱིད་པའི་ལམ། །
 ཆས་པའི་སྤྱག་བསྐྱལ་འཁོར་བའི་ཚོས། །

བདེ་དྲོད་རང་འབར་ཆས་གསོ་གླིང་། །
 སྒྲིང་རྗེའི་རང་གཟུགས་ཕྱིན་ལས་དངོས། །
 སྒྱི་ཚོགས་ཡར་རྒྱས་ཤེས་རིག་སྟོབས། །
 རིག་པའི་སྒྲེར་ཁུངས་ཆ་འཕྲིན་མཛོད། །
 བྱང་ཆུབ་འོད་གྱི་བྱ་བའི་རྒྱ། །
 གངས་ལྗོངས་ཐུན་པའི་སྒྲོན་མེ་དངོས། །
 ལུས་ལ་སྒྲུན་དང་སེམས་ལ་ཚོས། །
 ཚོངས་ལ་སྒྲོབ་གསོ་དབུལ་ལ་འོར། །
 ལན་དང་རེ་བར་མི་སྟོས་པ། །
 སྒྱིན་པའི་ཕར་ཕྱིན་སེར་བྱལ་གླིང་། །
 རང་སྒྲོན་མིག་གི་རུལ་བཞིན་སྤང་། །
 རྒྱ་ཁོད་འགོ་ལ་སྒྲིང་རྗེས་གཟིགས། །
 དག་གཉིན་ཀུན་ལ་འཆོར་བ་སྤངས། །
 ཚུལ་བྲིམས་ཕར་ཕྱིན་སེར་བྱལ་གླིང་། །
 བསྟོད་སྤང་ཆོག་ལ་བཏང་སྟོམས་དང་། །
 བདེ་ཐུག་ཀུན་ལ་རོ་སྟོམས་འཛིན། །
 ཉམས་ཐག་བོད་འབངས་བཅེ་བས་བསྐྱུངས། །
 བཟོད་པའི་ཕར་ཕྱིན་སེར་བྱལ་པ། །
 འཁོར་བའི་ཚོས་གྱི་རང་བཞིན་རྟོགས། །
 བྱ་སྒྲོད་སྟོན་པའི་བཀའ་དང་བསྐྱུན། །
 བྲིམས་དང་དྲག་སྒྲོད་ཀུན་ནས་སྤངས། །

བཙོན་འགྲུས་ཕར་ཕྱིན་སེར་ཤུལ་སྒྲིང་། །
 ལྷ་བ་མཐའ་བུལ་དབུ་མའི་ལམ། །
 སྒྲིམ་པ་རིམ་གཉིས་བྱང་འདུག་མཚོག།
 སྦྱོད་པ་འདུལ་བའི་གཞུང་དང་སྤྱན། །
 བསམ་གཏན་ཕར་ཕྱིན་སེར་ཤུལ་སྒྲིང་། །
 དབྱད་གསུམ་རིག་པའི་འཕྲུལ་འཁོར་བསྐྱེད། །
 ཚོལ་གསུམ་ཚོས་ཀྱི་ལོག་རྟོག་འཛུམས། །
 ཐེག་གསུམ་རྣམ་དག་སྤང་ཆར་འབེབས། །
 ཤེས་རབ་ཕར་ཕྱིན་སེར་ཤུལ་སྒྲིང་། །
 ཕར་ཕྱིན་དུག་ལྷན་སེར་ཤུལ་དགོན། །
 གཞུང་ཆེན་ལྷ་ཡི་རབ་འབྱམས་པས། །
 བདེན་པ་བཞི་ཡི་དོན་རྟོགས་ནས། །
 ཚོལ་གསུམ་ཐོད་ལ་སློབ་གསོ་སྤེལ། །

ཞེས་སྤྱི་ལོ་༡༠༡༤ལོའི་ཟླ་བ་༥པའི་ཚེས་༡༩ཉིན། ཟླ་སེར་ཤུལ་དགོན་རུ་དབུ་མའི་བཞུགས་སྐབས་སུ་དགེ་བཤེས་རྣམ་པའི་མཛད་སྦྱོད་ལ་ཡིད་རངས་པའི་བསྟོད་ཚིག་ཐོལ་བྱང་རུ་སྒྲ་བ་
 ཐོ་ནི་རྒྱལ་ཁམས་པ་ཤུབ་བསྟན་སྤྱན་ཚོགས་དེའོ། །

དགེ་སློབ་འབྲེལ་བ་གསེར་བྱམ་ལྟ་མེད།

2016.9.4

འཇིགས་སློབ་རེ་བ་སྒྲ་མའི་གྲོགས། །
འདོད་པས་འབྲེལ་བ་མངོས་མའི་གྲོགས། །
རོ་དགའ་བསྟོད་པ་དཔོན་གྱི་གྲོགས། །
རུས་ཚོད་ཡོལ་བྱེད་མ་ཅང་གྲོགས། །
ཕྱི་ཐག་མེད་པ་ཚོང་པའི་གྲོགས། །
རོ་སྤང་ཆེད་རུ་སྤྲིད་གྱི་གྲོགས། །
བྱ་བྱེད་མང་བ་ཁྲམ་པའི་གྲོགས། །
གྲོགས་གྱི་ཉམས་འགྱུར་འཇའ་ཚོན་བཞིན། །
ཤ་རུས་འབྲེལ་བ་པ་མའི་སེམས། །
སློ་སྤྲིང་འབྲེལ་བ་དགེ་སློབ་སེམས། །
ཆོ་གཅིག་འབྲེལ་བ་མིང་སྤྲིང་སེམས། །
ནམ་ཡང་མི་འགྱུར་གཏན་གྱི་གྲོགས། །
ཐོབ་དང་ནོར་གྱིས་དབུལ་བ་ཡི། །
རྒྱལ་ཁམས་པ་དང་མི་ལ་གཉིས། །
ག་སོང་གྲོགས་གྱིས་བསྐྱོར་བ་ནི། །
སྟོན་བསགས་ལས་གྱི་བསོད་ནམས་ངེས། །
ནོར་གྱི་མཆོག་ནི་ཤེས་རབ་སྟེ། །
ཐབས་གྱི་མཆོག་ནི་མི་བསྐྱུ་བ། །

བོད་ཀྱི་མཚོག་ནི་ཡོན་ཏན་ཅན། །
གྲོགས་ཀྱི་མཚོག་ནི་ཆབ་མདོ་བ། །
མཚོ་བཞི་སྤྱིར་ལྷ་འཇིག་རྟེན་པ། །
མདོ་དབུས་ཁམས་གསུམ་བོད་ཀྱི་ཡུལ། །
རྒྱུ་ནས་འདྲིས་པའི་ཁམས་པ་བ། །
ཆབ་མདོའི་མི་དེ་ཕྱི་ཐག་རིང་། །
ཐོག་མར་འཕྲད་དུས་གུས་ཞབས་རྒྱུ་། །
བར་དུ་འདྲིས་དུས་འགྱུར་ཕྱོག་རྒྱུ་། །
མཐའ་མ་གྲོགས་ལ་ཨ་གསར་རྒྱུ་། །
ཆབ་མདོའི་མི་དེ་རང་བཞིན་བརྟན། །
གྲོགས་ཀྱི་ནང་ན་དཔོན་གཡོག་མེད། །
འཛིན་པའི་གུལ་ལ་ཀས་གཞོན་མེད། །
ཅིང་མོའི་གཏམ་ལ་འགལ་འཛིན་མེད། །
གྲོགས་པོའི་རང་གཤིས་ཆབ་མདོ་བཟང་། །
ཉེ་ཁྲག་གངས་ཅན་བོད་ལ་འཕོས། །
མི་ཚོ་རྒྱ་ནག་ཡུལ་ལ་སྐྱེལ། །
ལྷ་མོ་གོ་ལའི་ཁྱོན་ལ་བལྟས། །
མི་ཚོའི་སྤྱོད་པ་བཟོ་མས་དེ་ལྟར་ཡིན། །

ཞེས་མདོ་ཁམས་ཆབ་མདོའི་ཡུལ་དུ་སྤྲོད་ས་རྒྱ་ཕྱིན་པའི་སྤྱིར་ཚོར་ཐ་ཐོར་འགའ་ཞིག་རྒྱལ་
ཁམས་པ་ཐུབ་བལྟན་ཐུན་ཚོགས་དེས་སྤྱི་ལོ་༢༠༡༤ལོའི་ཟླ་བ་༧པའི་ཚེས་༩ཉིན་རྒྱ་ནག་ཁྲིན་དུའི་
གྲོང་གི་ལྷོ་རྒྱུབ་མི་རིགས་སློབ་གྲྭ་ཆེན་མོའི་རང་ཤག་སྤྱིངས་སོ། །

མདོ་ཁམས་ཚུ་བཞི་སྐར་དྲུག

2016.10.28

ལོ་རྒྱུས་ཐོག་བོད་ཀྱི་ས་ཁམས་ཆགས་ཚུལ་གྱི་སྒོ་ནས་སྟོན་མངའ་རིས་བསྐོར་གསུམ། བར་དབུས་གཙང་ཅུ་བཞི། ལྷོ་མོན་ཁ་བཞི། སྤང་མདོ་ཁམས་སྐར་དྲུག་ཅེས་འབོད་སྟོལ་ཡོད་པ་རེད། སྐབས་འདིར་མདོ་ཁམས་ཚུ་བཞི་སྐར་དྲུག་ཅེས་པ་དེ་རྩོད་ཁྱུ་ཡིན། ཚུ་བཞི་སྐར་དྲུག་ཅེས་པ་དེ་བོད་ཀྱི་ས་གཤིས་ཆགས་ཚུལ་གྱི་སྒོ་ནས་དབྱེ་བ་ཞིག་རེད། ཚུ་བཞི་ནི། ཚེ་བ་རྒྱལ་མོ་རྒྱལ་ཚུ། (怒江) ཆབ་མདོ་ཁྲ་ཚུ། རྩ་ཚུ་ཡང་འབྲི་སྟོལ་ཡོད། (澜沧江) འབྲི་ཚུ། (金沙江) མ་ཚུ། (黄河) དང་བཞི་ལ་བཟུང་། སྐར་དྲུག་དབྱེ་སྐབས་ཚུ་ལྟ་ཡོད་ཀྱང་ཁྲ་ཚུའི་(雅砻江) མིང་འབོད་སྟོལ་མི་འདུག །

༡ རྟག་ཚང་དཔལ་འབྱོར་བཟང་པོས་མཛད་པའི་རྒྱ་བོད་ཡིག་ཚང་ལས། སྐར་གསུམ་ཞེས་གསུངས། འདིར་ཚུ་བཞིའི་བར་ན་སྐར་གསུམ་ཡོད་པ་ལ་སྤང་མདོ་ཁམས་སྐར་གསུམ་བཟུང་། འོན་ཀྱང་མདོ་ཁམས་སྐར་གསུམ་གྱི་སོ་སོའི་མིང་གང་ཡིན་གསལ་པོར་གྲིས་པ་ད་བར་མ་ཆེད། སྐར་གསུམ་ནི། རྒྱལ་མོ་རྒྱལ་ཚུ་དང་ཁྲ་ཚུའི་བར་སྐར་གཅིག །ཁྲ་ཚུ་དང་འབྲི་ཚུའི་བར་སྐར་གཅིག །འབྲི་ཚུ་དང་མ་ཚུའི་བར་སྐར་གཅིག་ཡིན་པ་ནི་སྟོས་མ་དགོས། །

༢ གཞི་བདག་དཀར་གཏོར་ལས། སྐར་ལྟར་གནས་པའི་གཞིའི་བདག་པོ་གནས་གྱི་བདག་པོ། ཡུལ་གྱི་བདག་པོ། རྒྱུང་གི་བདག་པོ། གཞུག་མར་གནས་པ་རྣམས་གྱི་ཞལ་དུ་ཞོ་ཞུ་ཞུ། ཞེས་གསུངས་པའི་སྐར་ལྟ་ཞེས་གསུངས་པ་ནི། བོང་གི་སྐར་གསུམ་གྱི་ཐོག་རྒྱལ་མོ་རྒྱལ་ཚུའི་རྩལ་བརྒྱད་པར་རིའི་སྐར་དང་། མ་ཚུའི་ཤར་བརྒྱད་གྱི་ཡུལ་སྐར་ཡིན་ངེས་ཀྱང་དེ་དག་གསལ་པོ་ངོས་འཛིན་བྱས་པའི་མིང་ད་བར་མ་མཛོང་། །

ཡོད། དེས་ན་འབྲི་ཟླ་ཟལ་མོ་སྐར་ནི། ཟླ་ཚུ་དང་འབྲི་ཚུ་གཉིས་ཀྱི་སྟོང་རྒྱ་
བར་སྐར་འདི་ལ་ཟེར། འདིའི་སྟོང་རྒྱ་མི་ཉག་འཕོ་པ་དང་། འབེལ་ ལི་ཐང་
སོགས་ལ་སྟོམ་འཕོ་སྐར་ཟེར་སྟེ་ཡོད། ༥ མི་ཉག་རབ་སྐར་། ཉག་རྒྱ་
དང་། མ་རྒྱ་གཉིས་ཀྱི་བར་སྐར་དུ་ཆགས་པའི་ཡུལ་གྱི་འདི་དག་ལ་ཟེར། འདི་
ནི་པལ་ཆེར་མི་ཉག་ཁ་ལ་གྱུ་བཞི། རྒྱལ་རོང་རྒྱལ་ཁག་བཅོ་བརྒྱད་ཅམ་ལ་ཟེར་
བ་སྐར་། ༦ མ་ཟླ་སྐར་། མ་རྩ་སྐར་ཡང་གིས་པ་སྐར་། འདི་ནི་ཉག་རྒྱའི་
སྟོང་སྟགས་ཟླ་ཚུ་དང་། མ་རྒྱའི་ཁྲག་པ་ཚུ་བ་ཆད་ཀྱི་བར་ན་ཆགས་པའི་ཡུལ་སྟེ་
ནམས་ཏེ། གཙོ་པོ་མགོ་ལོག་དང་། གསེར་རྒྱ། དཀར་མངོས་ཤར་རྒྱུད་ཀྱི་སྟེ་པ་
འདི་དག་དང་། མངོང་དགེ་དང་། ཆེ་པ། ཐེ་པོ་སོགས་ཀྱི་ཡུལ་འདི་དག་ལ་འཕོད་
སྟེ་ཡོད། མོམས་སྟེ་ལ་དབང་གིས་སྐར་རྒྱལ་རོས་འཛིན་རགས་པ་ནི། ༡ སྟོ་པོ་
སྐར་གི་སྟོང་སྟགས་ན། རྒྱལ་མོ་རྒྱལ་རྒྱའི་ཤར་རྒྱལ་གཉིས་སུ་གནས་པའི་རྩ་ཡུལ་
དང་། མངོ་སྐར་གི་ཆ་བ་རོང་པ་ནམས་ལ་ཆ་བ་སྐར་ཞེས་ལྟན་དུ་ཆ་བ་སྐར་
ཞེས་ཟེར། ༢ སྟེ་དགེ་རྒྱལ་པོས་འབྲི་རྒྱའི་ཤར་རྒྱལ་གཉིས་ལ་དབང་རྒྱུར་བྱས་
རྩེས་འཛིན་མད་འཛིན་ལའང་ཟལ་མོ་སྐར་ཞེས་ཟེར། ལྷོ་མོ་དང་གྱི་ལོ་རྒྱུས་ཐོག་
དུས་རབས་མི་འདྲ་བ་ནམས་སུ་སྐར་གསུམ་དང་། སྐར་ལྷ། སྐར་རྒྱལ་སོགས་
རོས་འཛིན་སྟེ་ལ་བྱང་ཡོད་སྟབས་རྩེས་སུ་དེ་དག་པན་ཚུ་བ་འདྲེས་ནས་འབྲི་སྟེ་ལ་
ཡང་མི་འདྲ་བ་བྱང་འདྲུག་གྱང་། ས་གཤིས་ཆགས་ཚུལ་གྱི་སྟོ་ནས་སྐར་གི་རོས་
འཛིན་ནི་གོང་གི་རྒྱུའི་བར་ན་སྐར་རྒྱལ་ཡོད་པ་དེ་དག་ཡིན་དགོས། །

ཞེས་མདོ་ཁམས་རྒྱ་བཞི་སྐར་རྒྱལ་གི་ས་ཁམས་དེའི་རྒྱལ་འདི་ནི་རྒྱ་སྟགས་འགའ་ཞིག་གིས་
སྒྲུལ་རོར། ལྷོ་མོ་༢༠༡༤ལོ་ཟླ་བ་༡༠པའི་ཆེས་༢༩ཉིན། རྒྱ་ནག་ཁྲིན་དུའི་སྐར་གི་སྟོ་རྒྱལ་མི་
རིགས་གཙུག་ལག་སྟོབ་སྟེའི་རང་ཤག་ནས་ལྷོ་མོ་སྟེ། །

བོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་ཡིག་ཚང་དང་སྒྲི་རྒྱ་མདོའི་བྲག་རིས་གོ་བཅུར་བ།

藏文文献与玉树岩画对比研究

2016.11.8

ཉེ་བའི་ལོ་ཤས་གྱི་རིང་ལ་ཡུལ་རྒྱུ་ཁུལ་ལས་རིགས་སློབ་གླེང་གི་ཆུང་འཇམ་
དབྱངས་ཉེ་མས། འབྲི་རྒྱུ་སྤྲོད་རྒྱུ་གྱི་ཡུལ་གྱི་མང་པོ་ཞིག་ན་བྲག་བཞོས་རི་མོ་
ཁག་མང་པོ་ཞིག་གསར་རྟེན་བྱུང་ཡོད་པ་འདི་དག་ནི། ཡུལ་འདིར་གནའ་བོའི་
རྫོ་ཆས་གསར་རྟེན་གི་སྐབས་སུ་འགྲོ་བ་མིའི་རིགས་འཆོ་སྤྲོད་བྱས་ཡོད་པར་
མཆོན། འོ་ན་བྲག་རིས་འདི་དག་རྩལ་ནམ་ཞིག་གི་ཡིན་ཞེ་ན། མིག་སྦྲར་ལོ་རྒྱུས་
ཆེད་རམས་པ་རྣམས་ཀྱིས་ཚོགས་བཞོམས་བྱས་པ་ལྟར་ན། བྲག་རིས་རྟེན་པ་ལ་
ལོ་རྒྱུ་སྤྲོད་བྲལ་བའི་དང་ལུང་བར་གྱི་ལོ་རྒྱུས་ཡོད་པ་མ་ཟད། སལ་ཆེར་དེ་ལས་སྦ་
བའི་རྩལ་ནམ་ཡོད་སྟེད། ཅས་དང་། མིག་སྦྲར་ང་ཆོས་ཤེས་གསལ་གྱི་དབྱེད་
གཞིའི་ཡིག་ཆ་ལྟར་ན། ཡོ་རོབ་གྱི་ཡུལ་རྩ་སྒྲན་གྲགས་ཅུང་ཞིག་ཆེ་བ་ནི་རྫོ་ཆས་
རྟེན་པའི་བྲག་རིས་ཡིན་ཞིང་། བྲག་རིས་དེ་དག་ནི་གཙོ་བོ་སེམས་ཅན་གྱི་
གཟུགས་བརྟན་ཡིན་འདུག །

ཟླ་བཅུ་དང་འཇམ་སྒྲིང་འདིར་གནའ་བོའི་རྩལ་སུ་འགྲོ་བ་མིའི་རིགས་ཀྱི་འཆོ་
བའི་ཆ་རྒྱུན་འཕེལ་རྒྱས་དང་འཕོ་འགྱུར་གྱི་རྩལ་རབས་དེ་ཉ་ལམ་གཅིག་པ་ཡིན་
དགོས་ཀྱང་། ཡུལ་གྱི་སོ་སོའི་ཁོར་ཡུག་གི་ཁྱད་ཆོས་མི་འདྲ་བའི་དབང་གིས་བྲག་
རིས་བྱུང་བའི་རྩལ་རབས་ཀྱང་ལོ་རྒྱུ་སྤྲོད་བྲལ་ཁ་ཤས་སམ། རྟོང་སྤྲག་ཁ་ཤས་ཀྱི་
ཁྱད་པ་ཡང་བྱུང་ཡོད་སྟེད་པ་ཞིག་རེད།

ང་ཆོ་བོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་ཡིག་ཚང་ནང་རྩ་རྒྱལ་པོ་གཉའ་བྱི་བཅན་པོའི་གོང་རྩ་
བྱུང་བའི་བསྐལ་པའི་རྩལ་རབས་ཆེན་པོ་བརྟན་གཉིས་བྱུང་ཡོད་པའི་ནང་རྩ་སྟེད་
རབས་འགའ་ཞིག་གི་སྐབས་སུ་གནས་ཡུལ་དང་། འཆོ་བའི་ཁྱད་ཆོས་རྣམས་རིང་
ཁུལ་དང་། འགའ་ཞིག་ནི་རིང་ཁུལ་གྱི་ཁྱད་ཆོས་པ་ཞིག་རེད། དེ་ལས་ད་ལན་སྦ་

སྤྱི་ཁྱུ་མདོའི་འབྲི་ཆུའི་འབབ་རྒྱུད་རྒྱུ་རྟེན་པའི་བྲག་རིས་འདི་དག་ནི། ཐོད་ཀྱི་
 ཡིག་ཚང་རྟེན་པའི་ནང་རྒྱ་ཡི་རྒྱས་རབས་དང་། བཅན་གྱི་རྒྱས་རབས། སྤྱི་
 ཐོད་རྒྱས་རབས་རྣམས་ཀྱི་སྐབས་སུ་འཚོ་བའི་ཁོར་ཡུག་དང་ཡོ་བྱད་བཅས་ཀྱི་
 རྣམ་བཤད་རྣམས་དང་ཉ་ཅང་འདྲ་པོ་ཡིན་པ་གསུམ་གསལ་གྱི་འགྲེལ་བཤད་
 ལྟར་རེད།།

最近几年玉树州职业学校老师甲央尼玛在金沙江河流上游发现多处岩画，岩画的发现可以证明古代新、旧石器时期此地有人类居住的痕迹。那么这些岩画到底有多少年的历史呢？历史专家们一直认为：“岩画是记载着整个人类的发展进程，目前最早的岩画大概有四、五万年的历史，也可能更早”。又称：“根据我们现在掌握的材料来看，比较著名的是欧洲岩画，是旧石器时代的。这些岩画主要是描写动物”。

一般而言，世界各地古代人类的生活的发展变化状况大体应该是同步的，当然，不同地区的岩画描述也会有上几百年甚至几千年的差别。藏文古代文献记载：布杰聂赤赞布之前的十二个朝代中有些朝代记述的农区生活，有些记述的是牧区生活。这次玉树地区金沙江上游发现的岩画的特点和古代藏文文献中记述的是第三“鲁”氏朝代、第四“董玛赞氏”朝代、第五“森波氏”朝代比较相似。以下摘录古代藏文文献记载的内容：

དུས་རབས་དང་བརྒྱུན་ནས་སྐད་ཡིག་ཡར་རྒྱས་གཏོང་དགོས།

2016.12.6

སྐད་ཡིག་གཞན་པའི་ལེགས་ཆ་མ་སྤངས་ན། རང་སྐད་ཁོ་ནས་དེང་རབས་
འཛམ་གླིང་གི་ཤེས་རིག་བརྗོད་མི་ཅུས། 【ཉེ་ཆར་ལུགས་གཉིས་མོ་ཉའི་གླིང་】
ཞེས་པའི་གླིང་མང་གླིང་སྟགས་ཐོག་དུ། (རྒྱ་ཡིག་དུ། 江央生格。) རང་གི་ཉེ་
ཟེར་ཟེར་བ་ཞིག་གིས། 《ཐུབ་བརྟན་སུན་ཚོགས་བསྐྱར་དུ་གླིང་བ་》 ཞེས་པའི་
དབྱུང་ཚོམ་ཞིག་སྤེལ་འདུག། ཚོམ་ཡིག་དེ་ལ་ཞིབ་དུ་བརྟན་ཀྱང་གིས་པ་ལོ་
གསུམ་ཅན་གྱིས་གཏམ་ཉོག་བཤད་པ་རྒྱུ་བཞིན་བརྗོད་དོན་དངོས་གང་ཡིན་ཁ་
མ་གསལ་བ་ཞིག་འདུག། དེ་ནས་སྐར་ཡང་ཐེངས་གཅིག་བརྟན་པས། སྟོན་
དོ་རྩེ་དབང་འདུས་ཟེར་བ་ཞིག་གིས་གཡུ་ཐོག་རྒྱིང་མའི་རྩུན་དཔང་གསར་པ་དོ་
སྤྱོད་ཞིག་ལ་འགྲེལ་བཤད་གནང་བ་དེ་ལ། ཁོ་བོས་བརྗོད་དེག་པའི་དོས་ནས་
ཁོ་རང་གོ་བ་ལོག་ཚུལ་དང་། དེང་རབས་བརྗོད་དེག་པའི་ཆེད་སྤྱོད་གྱི་མིང་
ཆོག་ཁག་གཅིག་རྒྱ་བོད་ཤན་སྐྱར་མ་བྱས་ཆོ་མན་ཚུན་བརྗོད་གསལ་བོར་འཕྲོད་མི་
ཐུབ་པའི་དབང་གིས། བྱུག་རྟགས་ནང་དུ་རྒྱ་ཡིག་ཁ་ཤས་ཞིག་གིས་ཡོད་པ་དེ་
ལ་དགག་པ་ཞིག་ཡིན་འདུག།

མཐོང་རྒྱ་རྒྱུང་ཞིང་བོད་ཡིག་རྒྱ་བོད་ལ་འདི་ལྟ་བུ་ཞིག་ལ་དགག་ལན་ཞིག་གིས་
ན་བྱི་ལ་མེད་སྟགས་གཡོགས་པ་ལྟ་བུའི་བརྗོད་པ་ལས་སྤྱད་པའི་རྒྱར་མི་འགོ་
ཡང་། བོད་འབངས་བསོད་ནམས་དམན་པ་དང་། སྟོན་སྟོན་ལོག་པའི་ལོག་
གཏམ་གཉིས་འཕྲད་ན་དེང་དུས་འཆར་མེད་འབྱུང་བཞིན་པའི་གཞོན་ནུ་
འགའ་ཞིག་རྫོངས་པའི་ལོག་ལམ་དུ་བྲིད་སྲིད་པ་ལ་བསམ་ནས་གཞན་ཕན་བྱང་
རྒྱུ་མེད་ཀྱི་ཁྱུར་སྤངས་ཏེ་དགག་ཡིག་འདི་གིས་པ་ཡིན། །

ཁོང་གིས་གསུངས་པའི་ཡིག་ཉོབ་ཤོག་ལྟེབ་གཉིས་ཅམ་ཡོད་པ་དེ་ལས།

དོན་དངོས་ང་ལ་དགག་དོན་དངོས་འདི་ལྟར། སྤྱི་བཏང་བྱིད་ཀྱིས་རྩོམ་ཞིང་བང་
 འདུས་ཀྱི་ཚོམ་ཡིག་ལ་དག་ཐེར་མཛད་པ་ནི་བསམ་གྱིས་མི་བྱལ་པའི་ལྷག་བསམ་
 ཞིག་ཡིན་ངེས་པས་བྱས་པ་དྲིན་གཞོའི་གཏང་རག་ཡིད་ཚིམ་པ་ཞིག་ཅིས་ཀྱང་
 འབྲུལ་དགོས་རྒྱ་ཡིན་པ་ལ། ད་རེས་དྲིན་ལན་ལོག་འཇལ་གྱི་ལས་སྤྱོད་མ་ཞུགས་
 རང་ཞུགས་ཀྱི་གནས་སྤྱོད་བས་བྱིད་ཉིད་དགོངས་པ་གཏན་ནས་འཚོམས་མི་
 ཉན། སྤྱིར་གཏང་ཡུལ་གངས་ཅན་པའི་སྐད་ཡིག་གི་ལམ་ནས་བཞོད་མི་ཐུབ་
 པའི་ཐ་སྐད་དང་མིང་ཚིག་མེད་པ་ནི། གནའ་ནས་ད་བར་ཁྱེད་ཀྱི་སྤྱི་བཏང་
 གིས་མ་འདངས་པར་ལྷགས་སོང་པའི་ཐ་སྐད་གཅིག་ཅུ་ཡང་བསྐྱར་རྒྱ་མེད་པ་
 འདི་ཁོ་ནས་དཔག་ཅུས་པ་མ་ཡིན་ནམ། འོ་ན་བྱིད་ཀྱིས་ཡིག་ཚོམས་ཁྱེད་ཀྱི་
 དེའི་ནང་དུ་གཞན་ཡིག་མང་དག་ཅིག་བཀོལ་སྤྱོད་གནང་སྟེ་རང་གི་སྐད་ཡིག་
 ལ་སྤྱད་བཟོ་དགོས་དོན་ཅི་ཞིག་ཡིན་ནམ།

ཡང་ན་རྒྱན་པར་དག་སྤྱོད་ཚོ་ལ་དེ་ལྟར་འདྲེས་མའི་སྐད་རིགས་དང་འདྲེས་
 མའི་ཡིག་རིགས་ཁོ་ནས་འཆད་བྱིད་དང་། སྤྱོད་སྤྱོད་གནང་གི་བསྐྱར་པའི་ངན་
 གཤིས་སྤྱི་ལྟ་མཛད་པ་ཞི་རེད་ལགས། ཡང་ན་རྒྱན་པར་འཚོ་བའི་ཁྱོད་ཀྱི་
 བསྐྱར་སྐད་དང་འདྲེས་མའི་སྐད་ཡིག་ཁོ་ན་ལོངས་སྤྱོད་བྱིན་བསྐྱར་པའི་བག་
 ཆགས་འདིགས་སྤྱོད་པ་ཞིག་མ་བསམ་ས་ནས་སྤྱང་ལ་བྱུང་ཡོང་བ་རེད་དམ་
 ལགས། གང་ལྟར་མེས་དཔོན་བཀའ་དྲིན་ཅན་ཚོས་དཀའ་ཕྱག་གི་རྒྱལ་ཆུ་ཁོ་
 ནས་བསྐྱར་ཅིང་བདག་ཅག་སྤྱི་རབས་པ་ཚོ་ལ་གསོལ་རས་སྤྱོད་གནང་བའི་རིག་
 གཞུང་གསེར་བཟང་གི་སྤྱང་པོ་འདྲ་བ་འདི་དག་ལ་དགོས་མེད་ཀྱི་སྤྱད་མི་འདུག་
 པའི་རེ་སྤྱོད་སྤྱང་དུ་འདི་སྤྱལ་བ་ཡིན། ཞེས་གསུངས་སོ། །

ཁྱོད་པའི་སྤྱལ་པའི་སྤྱད་པ་ལ། །

ལོ་གསུམ་བྱིས་པའི་ཁ་ལྟེ་ཅན། །

རྩོད་པོ་ཉི་ཟེར་ཞེས་པ་ལས། །

རང་མིང་དངོས་སྤྱོད་མ་སྤྱོད་ཀྱང་། །

ཡི་གེ་བཞི་ལ་ཡིག་ཅོད་གཅིག།

གངས་ཅན་སྐད་ཀྱིས་མ་འདངས་པས། །

རང་མིང་ནོར་བ་མ་ལགས་སམ། །

ཏ་ཏ་ཏ། ཀྱ་རེ་ཡིན།

གནའ་བོའི་མེས་པོ་ཆམས་ཀྱི་སྐབས་སུ་སྐབས་དེའི་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་ཁོར་ཡུག་
ནང་དུ་མིང་བརྒྱ་ཐ་སྟང་དེ་ཅམ་གྱིས་འདང་གི་ཡོད་པ་རེད། སྐད་བརྒྱ་བེར་བ་
དེ་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་ཁོར་ཡུག་དང་། ལྷན་པའི་རིག་སྟོབས་གཉིས་འབྲེལ་ཡོད་པ་
ཞིག་ཡིན་སྟབས། གདོད་མའི་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་སྐབས་སུ་མིང་བརྒྱ་ཐ་སྟང་ཉུང་ཏུ་
ཞིག་གིས་འདང་གི་ཡོད་པ་མ་ཟད། ཏུང་འགྲོ་ཆམས་ཀྱང་རང་རང་གི་ཁྱོད་དུ་
གོ་བརྒྱ་འབྱོད་པ་ལ་སྒྲ་གདངས་མི་འདྲ་བ་ཁ་ཤས་མ་གཏོགས་དགོས་མཁོ་མེད་
པ་རེད། འོན་ཀྱང་དེར་དུས་སྤྱི་ཚོགས་ཡར་རྒྱས་ཀྱི་སྐབས་སུ་ང་ཚོའི་སྐད་ཡིག་
ནང་དུ་མ་འདང་པའི་སྟུན་མང་པོ་ཞིག་ཡོང་བྱིན་པ་ནི་དངོས་ཡོད་གནས་ཚུལ་
རེད། ང་ཚོས་ད་ལྟ་འབད་བཙོན་ཆེན་པོས་སྐད་ཡིག་ཡར་རྒྱས་བྱིན་བྱིན་པའི་མི་
རིགས་དང་། ཡུལ་གྱུ་ལ་དཔེར་བལྟ་ནས་ཡར་རྒྱས་གཏང་དགོས་ངེས་ཡིན་པ་
མ་ཟད། ལས་འགན་དེ་མིག་སྒར་ང་ཚོའི་སྤྱལ་དུ་བབས་ཡོད་པ་རེད། དཔེར་
ན། རྒྱ་ཡིག་ལྟ་བུ་ལ་མཚོན་ན། ལོ་ཉིས་བརྒྱའི་གོང་དུ་བརྒྱ་སྟོད་རིག་པ་ལྟ་
ཅི། ལུ་ཆགས་ཅམ་ཡང་མེད་ཀྱང་། དུས་རབས་བརྒྱ་དགུ་པའི་མཆུག་དང་།
ཉི་ཤུ་པའི་སྟོད་ཅམ་དུ་རྒྱ་རིགས་གཞོན་ནུ་ཤེས་ཡོན་ཅན་ཆམས་ཀྱིས་ཡོ་རོབ་ཀྱི་
སྤྱ་རན་སི་དང་། དབྱིན་ཇི་སྐད་ཡིག་ལྟར་རྒྱའི་སྐད་ཡིག་གི་བརྒྱ་སྟོད་རིག་པ་
ཡར་རྒྱས་བཏང་བ་དེས་དེར་དུས་འཇམ་གླིང་གི་བརྒྱ་སྟོད་རིག་པ་དང་འདྲ་
མཉམ་དུ་བསྟོ་གླིང་བྱེད་ཐུབ་པ་ཆགས་ཡོད། རྒྱ་སྐད་ཡར་རྒྱས་གཏོང་བའི་སྐབས་
སུ་འང་ཐོག་མར་གཞན་སྐད་བེད་སྟོད་ནས་གོ་བརྒྱ་སྟོད་ཅིང་དེ་ནས་རིམ་བཞིན་
རང་སྐད་དུ་བསྒྱུར་ཡོད་པ་དཔེར་ན། ཐོག་མར་ 荷尔蒙, ཞེས་གཞན་སྐད་རང་
སོར་བཞག་ནས་བེད་སྟོད་པ་དང་། དེ་ནས་ 激素 ཞེས་རང་སྐད་བསྐྱོས་པ་དང་།
浪漫, 幽默, 文化, 科学, སོགས་གཞན་སྐད་ཆམས་རིམ་བཞིན་རང་སྐད་དུ་
འགྱུར་བའི་མིང་མང་པོ་ཡོད་པ་དེ་དག་གིས་རྒྱའི་སྐད་ཡིག་ཡར་རྒྱས་བྱིན་པ་ལ་

ཕན་ཐོགས་ཆེན་པོར་བྱུང་ནས་དེར་རབས་ཆོན་རིག་གི་རིག་གཞུང་ཆ་ཆོར་རྒྱ་
སྐད་ཀྱི་ཐོག་ནས་བསྐྱབ་བྱུང་ཅིང་ཡོད་པ་རེད། །

དེ་ལས་ལྷོག་པ་ར་ཆོ་བོད་ལ་མཆོན་ན། སྒྲིཊ་ལོའི་རུས་རབས་བདུན་པའི་
སྐབས་སུ་རྒྱ་གར་གྱི་བརྗོད་སྐད་རིག་པ་བོད་ཡིག་ཏུ་བསྒྱུར་ནས་བོད་སྐད་དང་
མཐུན་པའི་བརྗོད་སྐད་རིག་པ་ཡོད་ཀྱང་། དེར་རུས་བརྗོད་སྐད་རིག་པ་ལྟ་ཅི།
སུམ་རྟགས་གཉིས་ལ་ཞིབ་ཆ་ཤེས་མཁན་རྗེ་ཉུང་དུ་སྒྱུན་སྐབས། རོང་པོ་ལ་
རོང་པོ་མ་གཏོགས་འབྲི་མི་ཤེས་པ་འདི་བྱུང་བ་རེད། །

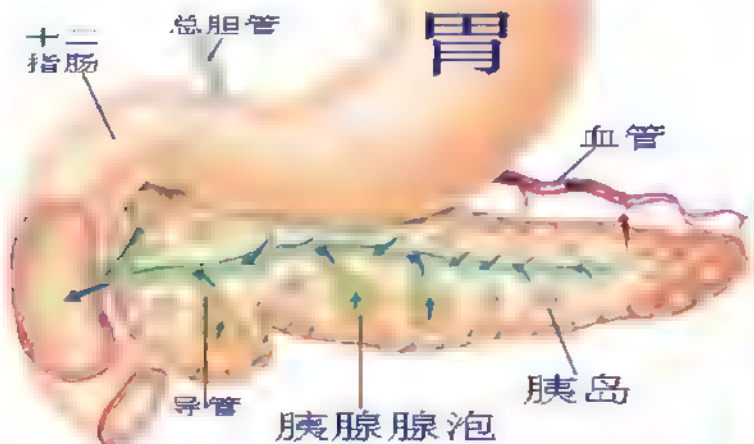
དེར་རབས་ཤེས་བྱ་གསར་པ་དང་། རིག་གཞུང་གསར་པ་རྒྱན་མི་ཆད་པ་
གསར་ཐོན་ཡོང་བའི་རུས་འདིར། གནའ་བོའི་སུམ་རྟགས་ནང་གི་ཐ་སྙད་ཁ་
ཤས་ཅམ་དེས་མི་འདངས་ནས་ད་ལྟ་གསར་པ་བཟོ་བཞིན་པ་འདི་རེད། གལ་
སྤྲིད་གསར་པ་བཟོ་མ་དགོས་ན་འགྲོ་བ་མིའི་རིགས་ཀྱི་སྐད་གཤེས་ལ་གནས་པའི་
གཤམ་གསལ་ཐ་སྙད་འདི་དག་གི་མིང་གནའ་བོའི་བོད་ཀྱི་སྐད་ཡིག་ནང་དུ་གང་
ན་འདུག་སྟེང་ཆ་ཁ་སྟོང་གནང་རོགས། །

Abbreviation	缩写法	བསྒྱུར་ཡིག
Acculturation	语言文化移入	
acoustic phonetics	声学语言学	
acronym	词首字母缩略词	
address term	称谓语	
Affix	词缀	

ཁྱོད་ཀྱིས་མིང་གསར་འདི་དག་བོད་ཀྱི་སྐད་ཡིག་ལ་དགོས་དོན་མེད་ཅིས་སྒྲི་
ན། དེ་ནི་སྒྱུན་དག་མེ་ལོང་ལས། གཞུགས་ཀྱི་དབྱེ་བ་དམིགས་པའི་སྐབས། །
ལོང་བ་དག་ལ་ཡོད་དམ་ཅི། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། ཁྱོད་རང་བརྗོད་སྐད་
པ་ལ་ཚོངས་པའི་དབང་གིས་གཤམ་གྱི་ཐ་སྙད་འདི་དག་གི་དབྱེ་བ་དང་དགོས་
པ་མ་རྟོགས་པའི་རྒྱུ་ཀྱིས་ལན་ནོ། །

དེ་ལས་ཀྱང་གོ་བདེ་བར་ཞིག་བཤད་ན། རང་རང་གི་ལུས་ལ་ཡོད་པའི་

དངོས་པོ་འདི་དག་སྐྱེས་ནས་རང་ལུས་ལ་རང་ཆས་སུ་ཡོད་པ་མ་ཟད། གནའ་
 བོའི་མེས་པོ་རྣམས་ཀྱི་སྐབས་སུ་ཡང་ཡོད་པའི་དངོས་པོ་ཞིག་རེད། དེས་ན་
 ཁྱོད་ཀྱི་ལུས་ལ་བྱེད་ལས་ཀྱི་རུས་པ་འདྲོན་བཞིན་པའི་གཤམ་གསལ་གྱི་ལུས་ཀྱི་
 ཆ་ཤས་འདི་དག་གི་མིང་གང་ཡིན། སྡོན་བྱོན་མེས་པོ་རྣམས་ཀྱིས་མིང་གང་
 བཏགས་ཡོད་པ་གསལ་བཤད་ཅིག་གནང་རོགས་ཞུ། །



བོད་སྐད་ནང་རྩ་ཁྲིད་པ་ཙམ་གྱི་མིང་ཡོད་ཀྱང་དེར་རྩལ་ཚན་རིག་ཡར་རྒྱས་
 གྱིན་པའི་དབང་གིས་སྤར་མ་རྟོགས་པའི་ཁྲིད་པའི་བྱེད་ལས་དང་རུས་པ་མང་པོ་
 ཞིག་གསར་རྩ་ཤེས་པ་དང་། མིང་ཡང་གསར་པ་མང་པོ་ཡོད་པ་རེད། ཁྲིད་
 པའི་ནང་གི་གྲུབ་ཆ་དང་། བྱེད་ལས་མི་འདྲ་བའི་མིང་བརྒྱ་ལྷག་མང་པོ་ཞིག་
 ཡོད་པ་འདི་དག་དེར་རྩལ་བོད་སྐད་ནང་རྩ་མེད་པ་ལྟ་ཅི། སྤྱིར་ཁྲིད་རྒྱལ་དབྱེ་
 བ་ཆེན་པོ་བཞི་ཙམ་གྱིས་ཡོད་པ་གོང་གསལ་པར་རིས་ནང་གི་ཁྲིད་པའི་ཆ་ཤས་
 བཞི་པོའི་མིང་ལ་མེས་པོ་གོང་མ་རྣམས་ཀྱིས་མིང་གང་བཏགས་འདུག་གསུང་
 པར་ཞུ། །

གལ་སྲིད་གསུང་རྒྱ་མེད་ན། བོད་ཀྱི་ཕྱི་རབས་གཞོན་ནུ་རྣམས་ཀྱི་སློ་གྲོས་ཀྱི་
 སློ་མོ་འགོགས་པའི་གཏམ་འཆལ་བོང་བུའི་འོ་དོད་ལྟ་བུ་དང་། བོད་ཀྱི་སྐད་
 ཡིག་གི་སློག་ཆ་གཙོད་བྱེད་ཀྱི་བསམ་སློ་ཞེ་ཅིའི་ནད་འབྱུང་བུ་དེ་དག་རིང་རྩ་

དོར་ནས་ཚོངས་པའི་རང་མལ་དུ་དལ་གྱིས་གཟིམས་ཤིག །

སྒར་སྒྲས་པ།

ཉིན་ལྟར་འཕེལ་བའི་ཚན་རིག་གཞུང་ལུགས་ལས། །

མིང་ཚིག་གསར་པའི་སྐྱེད་ཚལ་མ་མཐོང་བ། །

གནའ་བོའི་སྐད་ལ་ཐམས་ཅད་འདུས་པར་བསྟོམས། །

རོང་བོ་ཉི་ཟེར་ཁོན་པའི་སྤལ་པ་འདྲ། །

ལང་ཚོ་རྒྱས་པའི་བརྟ་སྟོད་རིག་གཞུང་ལ། །

མིང་ཚིག་གསར་པའི་རྒྱན་གྱིས་སྒྲས་པའི་ཚོ། །

ལོག་ལྟའི་སྤྱན་ནག་ཁོད་དུ་ཐན་སྐད་སྟོགས། །

རོང་བོ་ཉི་ཟེར་འདྲི་བྱ་བྱས་པ་འདྲ། །

སྤྱི་འཕྱོར་རིག་གསུམ་འཕེལ་བའི་ཐབས་ལམ་འགོག།

ཚོངས་རྩལ་སྟོམས་ལས་ལམ་དུ་ཡང་ཡང་བྲིད། །

ཐོད་ཁམས་སྐྱེད་ལུག་ནད་ཀྱི་ས་བོན་འདེབས། །

རོང་བོ་ཉི་ཟེར་ཨེ་ཅིའི་ནད་འབྱ་འདྲ། །

ལེགས་བཤད་བདུད་ཅིའི་ཟིལ་མངར་མི་ཚྱུང་ཞིང་། །

ཉིས་བཤད་དུག་གི་ཁ་རྒྱངས་རྒྱན་ལྟར་འབྲིགས། །

གང་དང་ཉི་ཅམས་རིག་པའི་སྟོག་རྩ་གཅོད། །

རོང་བོ་ཉི་ཟེར་མ་མོའི་དལ་ཡམས་འདྲ། །

བདེན་དོན་བྲལ་བའི་ཐལ་སྤང་ཁོད་དུ་ཉལ། །

ང་རྒྱལ་དབང་གིས་ཀྱན་ལ་སྤང་སེམས་སྐྱེས། །

རྒྱ་མཚན་མེད་པའི་ཀྱ་ཙེ་ཡང་ཡང་སྟོགས། །

རོང་པོ་ཉི་ཟེར་སྤང་མདོའི་གྲི་ཆན་འདྲ། །

འཛམ་གླིང་ཤེས་བྱ་ཀུན་གྱི་སྒྲིང་བཅུད་ལེན། །
 མིང་ཚིག་གསར་པའི་སྒྲིང་ཚུལ་བོད་དུ་བསྐྱུན། །
 རིག་གཞུང་གསར་ཉིང་བར་ན་སྤང་དོར་མཁམས། །
 མོངས་པའི་སྤང་ཉིང་སྤངས་པ་ང་བཞིན་མཛོད། །

གཞོན་ཅུའི་ཚོགས་ལ་སློ་གྲོས་སྟོབས་པ་སྒྲིན། །
 ལོག་སྒྲའི་བྱ་ཚོགས་ལུང་རིགས་མཚོན་གྱིས་བསྐྱུལ། །
 ཚུལ་གསུམ་ཚད་མའི་གོ་ཆའི་བརྒྱན་མཛོས་པ། །
 གངས་སྤྲོངས་རིག་པའི་དཔལ་བོ་ང་བཞིན་མཛོད། །

སྤྲིང་འབྱོར་རིག་གསུམ་འཚོ་བའི་བཅུད་དུ་འཛིན། །
 བསམ་པའི་དཔལ་ཡོན་ཟས་གྱི་སྤྲིང་བཞིན་ལེན། །
 མཚོག་གསུམ་དོ་བོ་རང་གི་ལུས་ལས་ཤེས། །
 ཤེས་རབ་མིག་དང་ལྡན་པ་ང་བཞིན་མཛོད། །

གནས་མིན་བསྟོད་པའི་ལུང་བས་མ་གོས་ཤིང་། །
 ལོག་འཚོའི་ཐབས་གྱིས་གཞན་ནོར་མ་སྤངས་པ། །
 དམ་པའི་མགོན་ལ་དང་བའི་དད་པ་ཅན། །
 བསྐྱབ་གསུམ་ཚུལ་བྲིམས་གཙང་མ་ང་འདྲ་མཛོད། །

ཅས་བོད་གྱི་སྤྲིང་འབྱོར་རིག་གསུམ་གོང་འབེལ་གྱི་ཐབས་ལམ་ལ་བར་དུ་གཙོད་པར་བྱེད་
 པའི་ལོག་སྒྲ་ཞིག་ཏེ་ཅན་འགའ་ཞིག་ལ་སྒྲིང་རྗེའི་རར་སྤྲིང་འདི་ནི་བོད་གྱི་བརྟན་སྤྲིང་སྤྲིང་བའི་ཚུལ་
 ཁམས་པ་ཐུབ་བརྟན་ཐུན་ཚོགས་དེས། ལྷིལ་ ༢༠༡༦ ལོའི་ལྷ་བ་ ༡༢ པའི་ཆོས་ལྗོན། གྲུ་རེའི་
 ཚུལ་དུ་སྟོན་ཅུབ་མི་རིགས་སྟོབ་ལྷ་ཆེན་མའི་རང་ཤག་ནས་སྤྲིངས། །

བོད་ལ་དངོས་གནས་ཕྱིས་རིག་ཡོད།

2016.12.23

དམིགས་མེད་བཅེ་བའི་གཏེར་ཆེན་སྒྲུབ་རས་གཟིགས། །
 དྲི་མེད་མཁུན་པའི་དབང་པོ་འཇམ་པའི་དབྱངས། །
 བརྟུང་དཔུང་མ་ལུས་འདྲིམས་མཛད་གསང་བའི་བདག །
 གངས་ཅན་མཁས་པའི་གཙུག་བརྒྱན་ཅོང་ཁ་པ། །
 གློ་བཟང་གྲགས་པའི་ཞབས་ལ་གསོལ་བ་འདེབས། །

ཉེ་ཆར་རྗེ་རིན་པོ་ཆེའི་དགའ་ལྷན་ལྷ་མཆོད་ཀྱི་རུས་ཆོད་ལས་འབྲོས་ནས་
 རང་འདོད་ཀྱི་སྒྲུབ་གཏམ་མང་པོ་ཞིག་སྒྲིལ་བའི་ཁྲོད་དུ། 【བོད་ལ་ཕྱིས་ཡོད་
 དམ】ཞེས་པའི་འཕྲིན་ལྷན་ཞིག་མཐོང་བྱུང་། འདི་ནི་རང་གི་ཨ་མ་སྐུ་ཡིན་མི་
 ཤེས་པའི་བྱི་ཕྱག་ཅིག་གིས། ཨ་མ་ལགས། ང་ལ་ཨ་མ་ཡོད་དམ་ཞེས་འདྲི་བ་དང་
 རྣམ་པ་ཀུན་དུ་མཚུངས་སོ། །བྱི་ཕྱག་རང་གི་མ་རོ་མ་ཤེས་པ་རེད་མ་གཏོགས་པ་
 ཡོད་པ་གཏན་འཁེལ་རེད། དེ་བཞིན་དུ་བོད་ལ་ཕྱིས་ཡོད་པ་རང་གིས་མ་ཤེས་
 པ་རེད་མ་གཏོགས་གནའ་བོའི་ཞང་ཞུང་གི་རུས་ནས་བྱུང་བའི་བོན་གྱི་སྐར་ཕྱིས་
 དང་། འབྱུང་ཕྱིས་སུ་སྤྱི་མང་པོ་ཞིག་སོ་བྱང་སོ་ཏ་ལའི་དཔེ་མཛོད་ཁང་དུ་ད་
 ལྟའང་བཞུགས་ཡོད་པ་དཔེར་ན།《རིན་པོ་ཆེ་སྒྲུང་གི་མེ་ལོང་》དང་། 《ཆོངས་
 པ་ལྷའི་ཡོ་བཙེས་རྒྱས་པ་》《ཕོ་ལྷ་འབྲོས་བསྟགས་》《གཏོ་རྒྱུད་ཡོ་བཙེས་》ལ་སོགས་
 པ་འདི་དག་རེད། །

མདོར་བསྟུས་ན། རྒྱ་དཀར་ནག་གཉིས་ཀྱིས་ཕྱིས་སྒྲིལ་བོད་དུ་མ་དར་བའི་
 སྟོན་ནས་ལོ་ངོ་སྟོང་ཕྱག་གསུམ་ལྷག་གི་གོང་དུ་བོད་མི་རྣམས་ཀྱིས་སོ་རྣམ་ལས་
 ཀྱང་བྱས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་བྱུང་བའི་སྐར་ཕྱིས་དང་། འབྱུང་ཕྱིས་བྱུང་ཡོད་པ་ནི་
 སྟོན་པ་གཤེན་རབ་མི་བོ་ཆེ་འབྱུངས་པའི་རུས་སྐབས་ལས་མས་ཅམ་ན་ཞང་ཞུང་
 རྒྱན་པོའི་ངག་ཕྱིས་དང་། སའི་ལེགས་དྲུག་སྐབས་ཅམ་ནས་བྱུང་བའི་རྒྱན་མོ་

བལ་མའི་ཟླ་ཅིས། དེའི་རྗེས་ཙམ་ནས་བྱུང་བའི་གཡའ་བཟང་གི་གམ་འབྲོག་པ་
ལྷ་རྒྱལ་གྱི་རྒྱུང་དེབ་སྟགས་བོད་མི་རང་གི་ཅིས་དང་། ཁྱིལ་འོང་གི་ལོ་རྒྱུ
སྟོང་ཕྱག་གཉིས་ལྷག་གོང་ནས་བོད་ལ་ཡི་གེ་མ་དར་བའི་དུས་སྤྱི་རིམ་ཁོ་ན་ལ་
བརྟེན་པའི་སྐར་ཅིས་གྱི་ལོ་ཐོ་བཅོས་ཡོད་པའི་སྟོལ་དེ་དག་དུས་ཕྱིས་བར་བོད་
གྱི་ཁམས་ཕྱོགས་གྱི་མཐའ་ཁུལ་རྣམས་སྤྱི་ལག་ལེན་མ་ཉམ་པར་གནས་ཡོད་པ་
རེད།

གཞན་ཡང་བོན་གྱི་སྟོན་པ་གཤེན་རབ་འབྱུངས་ལོ་ཤིང་པོ་གྱི་བའི་སྟག་ཟླའི་
ཆོས་བཅོ་ལྷ་ཡིན་པ་དང་། སྟོན་པོ་ལོ་ངམ་དང་རྒྱལ་པོ་གྱི་གུམ་བཅན་པོ་
གཉིས་འཐབ་པའི་སྐབས་སུ། སྟོན་པོ་ངམ་གྱིས་སྐར་མ་ས་རི་དང་ས་གཡ་
གཏུགས་ནས་འཐབ་པའི་ལོ་རྒྱུས་དེ་དག་ཁྱོད་གྱིས་མ་མཐོང་ངམ། གཡ་ཉེ་གྲུབ་
མཐའི་ཕྱོགས་ཞེན་གྱིས་བོན་གྱི་ཡིག་ཆ་དེ་དག་ཁས་མི་ལེན་ཞེ་ན། འོ་ན་ཁྱོད་
གྱིས་རི་བོ་དགེ་ལུན་པའི་མཁས་པ་ཆེན་པོ་ཤེ་ཁྱིད་སངས་རྒྱས་རྒྱ་མཆོས་ཕྱོགས་
བསྐྱེགས་གནང་བའི་བེ་དཀར་ལ་གཟིགས་དང་། སངས་རྒྱས་ཤུག་ཐུབ་པ་མ་
བྱོན་པའི་གོང་གི་ལོ་རྒྱུས་སྟོང་ཙམ་གྱི་སྐབས་སུ་བོད་ལ་འབྱུང་ཅིས་གསུང་
མཁན་དྲུང་སྟོང་ཡོད་པོ་དང་། ས་བདག་རྒྱུང་རྒྱལ་ཟེར་བ་སྟགས་བྱུང་ཡོད་པ་
གསལ་པོར་གསུངས་ཡོད།

གཞན་ཡང་། རྗེ་རིན་པོ་ཆེ་ཨ་མ་དོར་འབྱུངས་ཤིང་། རབ་བྱུང་བདུན་པའི་ས་
ཕག་ཟླ་བ་བརྒྱུ་པའི་ཆོས་ཉེར་ལྷ་ཉིན་བོད་ལྷལ་དབུས་གྱི་གདན་ས་རི་བོ་དགའ་
ལྷན་དུ་སྤྱོད་གཤེགས་པ་ནས་བཟུང་རྗེས་འབྲུག་ཞལ་སྟོབ་རྣམས་གྱིས་ལོ་ལྷར་བོད་
ཟླ་བརྒྱུ་པའི་ཆོས་ཉེར་ལྷ་ཉིན་སྤུ་མ་རྗེས་དྲན་གྱི་ཆེད་དུ་དགའ་ལྷན་ལྷ་མཆོད་
ཞེས་པའི་ཆོགས་བསགས་གྱི་མཛད་སྟོན་སྟོལ་བྱུང་བ་དེ་ད་ལྟའི་བར་རྒྱན་མ་
ཆད་པ་གནས་ཡོད། འོ་ན་ཁྱུང་ཉེ་བའི་དུས་རབས་རྣམས་སུ་མདོ་སྨད་ཕྱོགས་
ནས་མི་རིགས་གྱི་རིག་གནས་རྒྱ་འབྱར་ཕྱིན་པའི་དབང་གིས་སྤྱོད་འབུམ་ལ་སྟགས་
མདོ་སྨད་དཔོན་ཤེ་ཁག་གཅིག་གིས་རྒྱ་ལྷགས་ཞིང་ཅིས་ཟླ་བ་བརྒྱུ་པའི་ཆོས་ཉེར་
ལྷ་ཉིན་དགའ་ལྷན་ལྷ་མཆོད་འབུལ་སྟོལ་བྱུང་སྟབས། བོད་འདིར་ལོ་གཅིག་ལ་

པའི་གཞིན་ཅུ་འགའ་ཞིག །

དགོན་པའི་ནང་དུ་ལྷགས་ཀྱང་གྲ་མགོ་མ་ཐོན། སློབ་གྲ་ནས་ཐོན་ཀྱང་ལས་ཀ་མ་
 རྟེན་པའི་མི་ཁག་གཅིག་སྤྱི་ཚོགས་ཐོག་འཆལ། ཁོ་ཚོ་རྒྱང་དུ་འདྲེ་དུས་ནས་རྒྱ་
 གོང་དུ་འཆར་ལངས་བྱུང་བས་རང་ལྷགས་སློབ་རྒྱན་རིག་གནས་ལྷགས་ཚོད་པ་
 ཞིག་མ་ཤེས། སློབ་གྲ་ལ་སློབ་སྦྱང་ཡག་པོ་མ་བྱས་པས་དེང་རབས་ཚན་རིག་རིག་
 གནས་ཀྱང་མོ་ཚོད་པ་ཞིག་མ་ཤེས། མཐར་གང་སྤང་དག་དུ་འཆར་ནས་སྤྱི་
 ཚོགས་ལ་འཁང་ར་དང་། མཁས་པའི་ལེགས་བཤད་ལ་ངོ་ཚྏ་ལ་བྱེད་ཅིང་རང་
 ཉིད་ལ་མིང་གྲགས་ཅུང་ཟད་དོན་དུ་གཉེར་མཁན་ཁག་གཅིག་ཡོད་པ་མི་འདི་
 དག་གིས་བཤད་པའི་གཏམ་ནི་བ་སྒྲུང་གི་རང་གྲལ་དུ་བཏང་སྟོམས་སུ་འཛོག་
 འོས་པ་ཞིག་རེད། དེང་དུས་མི་རིགས་ཀྱི་ལ་རྒྱ་དང་། བོད་སྐད་གཅིག་གྱུར།
 འདྲེས་སྐད་ལ་ངོ་ཚྏ་ལ་བཅས་ཀྱི་ཁ་འབོད་ལྷགས་ཆེན་པོ་བྱེད་ཅིང་། དོན་དངོས་
 རང་ཉིད་རིགས་འགྱུར་(同化) ཟིན་པའི་བསམ་སྟོ་དེས་བོད་ཁམས་ཡོངས་ལ་
 རྒྱབ་པར་བྱ་རྒྱུ་ལྟ་སྟོང་ཁོ་ན་སྟེལ་བ་འདི་ཆང་མས་དོགས་ཐོན་བྱ་འོས་པ་ཞིག་
 དུ་མཐོང་། །

བོད་ཀྱི་སློམ་མས་བོད་ཀྱི་ཆེས་རིག་རྒྱ་ལྷགས་སུ་བསྐྱར་བའི་ལས་ཀ་འདི་ནི་སྤྱི་
 ལོའི་དུས་རབས་བརྒྱ་དག་པའི་དུས་དཀྱིལ་ཙམ་ནས་མདོ་ཁམས་སྤྱང་ཀྱི་ཚྭ་གས་
 བས་བྱུང་ཡོད། དེང་གི་དུས་སུ་བོད་ཀྱི་སློམ་འགའ་ཡིས་རྒྱ་ལྷགས་དོ་རྒྱང་(和
 尚) གིས་ཤ་མི་བཟའ་བའི་ཚོས་ལྷགས་དེ་བོད་ཀྱི་འཕྲོག་ཁུལ་དུ་དར་ཁབ་གཏོང་
 བ་འདི་ཡང་བོད་ཚོས་རྒྱ་ལྷགས་སུ་བསྐྱར་བའི་མཛད་སྤྱན་མདོ་ཁམས་སྟོད་སྟངས་
 བས་མགོ་བཅུགས་ཏེ་དར་བཞིན་ཡོད་པ་འདིས་ཀྱང་རིག་གནས་རིགས་འགྱུར་གྱི་
 སྤང་ཚུལ་དེ་ཡུལ་གྱི་གོང་མཐའ་ནས་ཡོང་ཞིང་ཡོད་པ་ཤེས་ཐུབ། །

ལུ་ཚུགས་ཀྱིས་རྒྱ་ལྷགས་ལྷ་བ་བརྒྱ་པའི་ཚོས་ཉེར་ལུ་ལ་དགའ་ལྡན་ལུ་མཚོད་
 གཏོང་བ་འདི་ནི། དཔེར་ན། མི་ཆང་གཅིག་ལ་ད་ལོ་བོད་ལྷ་དང་བོད་ཚོས་
 གཅིག་ལ་ལུ་གྲ་ཞིག་སྤྱིས་པ་དེ། སང་ལོར་བོད་ལྷ་དང་། ལྷ་ལྷ། དཔེན་ལྷ་
 གསུམ་དུས་གཅིག་དུ་མི་འཁེལ་བས། བྱིམ་དེའི་སྤྱན་ལྷ་རྣམས་རང་རང་གང་དུ་

གནས་པའི་ཡུལ་དེའི་ལུགས་ཀྱི་ཁྲ་བ་དང་པོའི་ཚེས་གཅིག་ལ་ཕུ་བུའི་སྐྱེས་སྐར་
གཏོང་སྟབས། ལོ་གཅིག་ལ་མི་གཅིག་གི་སྐྱེས་སྐར་ཐེངས་གསུམ་གཏོང་དགོས་
པ་བུང་བ་བཞིན་ནོ། །

འཛམ་གླིང་མི་རིགས་ཐམས་ཅད་ལ་རང་རང་གི་སྒོལ་རྒྱུ་ཀྱི་དུས་ཆེན་འདི་
དག་ནི། མི་རིགས་རིག་གནས་ཀྱི་སླ་སྒོག་ལྟ་བུ་ཞིག་ཆགས་ཡོད་སྟབས། ཚང་
མས་རྒྱུན་འཛིན་དང་སྤྱད་སྦྱོབ་བྱེད་ཅིང་ཡོད་པ་ནི་མཐོང་བ་མངོན་གྱུར་གྱི་ལས་
སོ། །དེས་ན་ཁ་ནས་ཐོད་ཀྱི་རིག་གནས་འཐོད་ཅིང་། འོན་ཏེ་ཐོད་ཀྱི་རིག་
གནས་གཏོར་བཞིགས་གཏོར་བའི་བྱ་སྤྱོད་འདི་ལ་མདོ་དབུས་ཁམས་གསུམ་གྱི་
རྒན་གཞོན་ཡོངས་དང་། མཁས་པ། སླ་སྤྱལ་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་ལུགས་བསམ་
ལེགས་པོར་ཞིག་གཏོང་འོས་སོ། །

སྐར་སྐྱེས་པ།

རིགས་འགྱུར་ཕྱིན་པའི་གྲོང་མཐའ་ན། །
རང་ལུགས་ཅིས་གཞུང་རྟེན་དཀའ་ཡང་། །
ཐོད་ཡུལ་དབུས་ཀྱི་དཔེ་མཛོད་ན། །
ཐོད་ཀྱི་ཅིས་གཞུང་རི་ལྟར་སྤངས། །

ཁྱབ་མཐའི་གདོན་གྱིས་ཚུས་པ་ཡི། །
སེར་གོས་གྲོན་པའི་དུག་སྐྱལ་འགས། །
རང་འདོད་དུག་གི་མཆེ་བ་ཡིས། །
རང་ལུགས་མེས་པོའི་སྒོག་རྩ་གཙོད། །

ཐོད་ཀྱི་ཤ་རུས་རྒྱ་ཁྲད་ཅན། །
ཀྱང་དུ་སྤྱི་ལ་གལ་ཆེ་ཡང་། །
སྤྱི་ཚེ་གཅིག་ལ་འདས་ཐེངས་གཉིས། །
ཅིང་ཁ་པ་ལ་འོས་སམ་ཅི། །

གནས་ལུལ་ཐ་དད་ལྟོ་བྱང་མཐའ། །
 རུས་བཞི་ཐ་དད་དབྱར་དགུན་གཉིས། །
 རིག་གནས་གཅིག་པའི་མི་རིགས་རྣམས། །
 ཡི་ཤུ་འབྲུངས་སྐར་ཉིན་གཅིག་འདོད། །

རང་རིགས་ཉམས་པའི་གྲོང་མཐའ་དེར། །
 རང་འདོད་ཆེ་བའི་རྒྱ་མ་བོད། །
 རང་གཞན་དབྱེ་བ་མི་འབྱེད་པས། །
 རང་ལྷགས་ཟླ་ཆོས་རི་ལྟར་རྟོགས། །

དཀོན་རུ་ཁྱགས་ཀྱང་ཕྱོམ་པ་ཤོར། །
 སློབ་ལྷ་ཐོན་ཀྱང་ལས་ཀ་མེད། །
 དེས་ན་ཀྱན་ལ་འཁང་ར་ཅན། །
 མདོ་སྦྱང་ལུལ་ན་འགའ་ཞིག་མཐོང་། །

རིག་གཞུང་བོད་ལུལ་དབྱས་དང་བསྐྱུན། །
 འཆོ་ཐབས་རང་རང་ལྷགས་ལྟར་གཅིས། །
 ལྟ་བ་ཆོན་རིག་རྗེས་སུ་འབྲངས། །
 གངས་ལྗོངས་དར་བའི་རྟེན་འབྲེལ་ཡིན། །

ཞེས་པ་བོད་ཀྱི་རིག་གཞུང་གཏོར་བརྒྱག་གཏོར་མཁན་གྱི་མི་འགའ་ཞིག་གིས་འབྲུལ་རྟོག་
 ལ་ཡིད་སྦྱོར་བའི་རྟེན་གྱིས། རང་གི་རིགས་དང་རིག་གཞུང་ལ་ཞེན་པ་ཅུང་ཟད་ཡོད་པའི་རྒྱལ་
 ཁམས་པ་ཐུབ་བསྐྱུན་སུན་ཆོགས་དེས། ཕྱི་ལོ་༢༠༡༤ལོའི་ཟླ་བ་༡༢པའི་ཆོས་ལུ་ བོད་ཟླ་
 བཅུ་པའི་ཆོས་ཉེར་ལྷ་རྗེ་ཅོང་ཁ་པའི་དགའ་ལྡན་ལྷ་མཆོད་ཉིན། ལྟོ་རུབ་མི་རིགས་སློབ་ལྷ་
 ཆེན་མོའི་རང་ཤག་ནས་སྤྲིངས། །

॥ ॐ नमो भगवते वासुदेवाय ॥

དག་བརྒྱུ་ལོག་པར་བཞེགས་པའི་ཁྱི་སྤང་ན། །
 ཐེག་དགུའི་རྩོན་གྱི་རྒྱང་ཆར་འབེབ་མཁས་པ། །
 དལ་བ་བརྒྱད་ལྟན་ཞིང་ས་རྒྱད་རྩོམ་མཁན། །
 ཉམས་པ་བདུན་ལྟན་ཚེ་རིང་བཟླ་ཤིས་གསོན། །

ལྷ་ཆུང་འགྲམ་རྒྱ་སྤྱི་བར་བཞེས།
 ལྷ་རྒྱ་སྤྱི་བར་ཆུང་ལོ་བདེ་རྒྱ་ཆུང་།
 ལྷ་ལྷ་ལྷ་རྒྱ་ཆུང་ལོ་བདེ་ལྷ་ཆུང་།
 ལྷ་ལྷ་ལྷ་ལྷ་ཆུང་ལོ་བདེ་ལྷ་ཆུང་།

མི་ལ་མ་ཡི་ཏུ་བཅོན་པའི་ཡུག་བསྐལ་རྒྱུ་རེ། །
 ཡོང་བའི་རང་ལས་བོད་ཀྱི་ལ་རྒྱ་བསྐྱེད། །
 ཆབ་སྲིད་རྒྱལ་མཆོན་སྤྱི་སྲིད་མཁའ་ལ་བསྐྱེདས། །
 ཆོས་སྲིད་རྒྱུ་རྒྱལ་བསྐྱེད་པ་བྱིད་ཀྱིས་སྤེལ། །

བསྐྱེད་པ་གསུམ་གྱི་ཡོན་ཏན་རིང་ཏུ་དོར། །
ཆོས་ཤོས་རྣམ་གསུམ་འཇའ་ཆོན་བཞིན་ཏུ་བགྲ། །
སྒྲིགས་མའི་རུས་ཀྱི་སྒྲ་འཁྱར་མཁན་ཆེན་ཉིད། །
ཁོར་སྒྲུང་སྒྲུ་ལ་དར་གོས་གཡོག་དང་མཚུངས། །

སྒྱུན་དང་ཚུལ་བྲིམས་ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས་སུ་སྒྲེལ།
བཟོད་དང་བཙོན་འགྲུས་ནོར་གྱི་དཔལ་དུ་བསྒྲེད།
བསམ་གཏན་ཤེས་རབ་ཆབ་སྲིད་ལས་ལ་སྒྱུར།
ལྷག་པའི་ཕྱིན་དུག་མཁན་ཆེན་བྱིད་ཀྱི་ཆོས།

དྲང་པོའི་མི་ལ་འཁྱོག་པོའི་སྒྱུན་འཇུགས་མཁས།
བདེན་པའི་མི་ལ་རྩུན་གྱི་ཞུ་ནག་གཡོགས།
དེ་ཡི་བདེན་དཔང་རང་གིས་བྱག་ཅེས་བསྒྱུན།
དག་འདུལ་ཐབས་ཤེས་སི་ཏུ་ལེན་ལས་མཁས།

བྱག་ཅེའི་འཕུལ་ལས་རྩུན་གྱི་ཚོམ་ཡིག་འབབ།
གསུང་གི་ཆོག་མཆོན་དྲང་པོའི་མི་ལ་འདེབས།
ཡིད་ཀྱི་དུག་མདའ་ཆོས་གོས་འོག་དུ་སྒྲུབ།
བོད་ཁམས་སུང་བྱིད་ལྷ་ཡུང་དཔལ་རྫོའི་སྒྲུབ།

ཆོས་ཀྱི་ཞུ་བྱེན་སྲིད་ཀྱི་བཟའ་བདུང་གསོལ།
སྒྱིང་རྩེ་ཁར་བྲིར་གཞན་སྡེ་ཐབས་ཀྱིས་འདུལ།
བཙུན་པའི་མཆོན་འཛིན་གཡོ་སྒྱུའི་རྒྱལ་མཆོན་བཙུགས།
སྒྱིགས་མའི་མཁན་པོ་ཤུག་འི་བསྟན་དང་འགལ།

ཞལ་ནས་ཆོས་བཤད་གཞན་གསོས་དབྱངས་ལྟར་སྒྱུན།
ཁོག་དུ་སྲིད་དོན་ནམ་མཁའི་སྒྲོག་ལས་སྒྱུར།
གང་ལ་གང་འདུལ་ལྷགས་འདབ་བསྒྱུར་མཁས་པ།
ཤུག་འི་བསྟན་ལ་མཁན་ཆེན་བྱིད་འདྲ་དགོན།

གྲུབ་མཐའི་ལ་རྒྱ་རི་བོད་ན་ལས་རིང་།།
 ལོ་རྒྱུས་ཤེས་བྱ་བ་བའི་མཆུག་ལས་ཐུང་།།
 ཏམ་བཤད་རྩལ་ཡིག་ཆར་གྱི་རྒྱན་ལྟར་འབབ།།
 འབད་པའི་དོན་ནི་དབང་རྒྱར་ཐབས་ཀྱི་སྒོ།།

ས་དགེ་གཉིས་ཀྱི་སྤྱི་ལ་ཡིད་ཆགས་ནས།།
 ལོ་རྒྱུས་གསར་པའི་རྒྱུས་གར་འབྲུབ་འདོད་ཀྱང་།།
 ཟླ་བ་གྲགས་པའི་ཕ་ཡི་གཏམ་རྒྱད་བཞིན།།
 འབད་པ་རྒྱད་མོས་སྤྱི་ལས་བག་ཡིད་མཛོད།།

ཞེས་རྟེན་མའི་མཁན་པོ་ཡིན་ཟེར་བའི་རྩ་ཆེ་རིང་བཟླ་ཤིང་ཟེར་བ་ཞིག་གིས། གྲུང་
 དབྱར་མི་རིགས་སློབ་ཆེན་ན། རྒྱུ་བསྟན་ཐུན་ཚོགས་ཞལ་རྩལ་མཁན། རྩལ་གཏམ་
 གྱིས་གཞན་མཁོ་སྒྲོར་སྒྲོར་ནས། རྟོན་མཐུན་གྱི་སྤྱད་ཆ་ཤོད་རུས་མེད། འཁྱེགས་
 བཤད་སྤྱངས་ཤིག་དགེ་མིང་པ། ཞེས་པའི་མི་ལ་རས་པའི་ཉམས་མགུར་གྱི་ཚོག་སྒྱུར་
 བཟོ་བཅོས་བྱས་ཤིང་། ཚོག་དོན་ཁོ་པོ་ལ་བཀའ་བཀྱོན་གནང་བའི་སྟན་རག་ཤོ་ལོ་ག་
 གཅིག་དང་བཅས་པའི་ཚོམ་ཡིག་ཅིག་ཨོ་སྤྱིར་ནས་བཏང་བ་ཡིན་ཟེར་བ་ཞིག་ལག་
 མོན་བྱང་བ་དང་། དེའི་ལན་དུ་ཁོང་གི་མཛོད་ཤིན་གྱི་རང་བཞིན་བཛོད་པའི་སྟན་ཚོག་
 འདི་ཉིད་རག་གི་མཛོད་པའི་མཆུག་གྱི་ཚུལ་དུ། བོད་ཀྱི་སྟན་རག་སྤྱི་བའི་རྒྱལ་ཁབ་པ་
 རྒྱུ་བསྟན་ཐུན་ཚོགས་དེས་སྤྱི་ལོ་༡༩༧༧ལོའི་ཟླ་བ་༡པའི་ཚེས་༥་ཉིན། རྩལ་ག་བེ་ཅིང་
 ཤོང་གི་གྲུང་དབྱར་མི་རིགས་སློབ་གྲྭ་ཆེན་མོའི་རང་ཤག་ནས་སྤྱིར་སྤྱོད།

དམིགས་བསལ་གསལ་བཤད། ཁོང་དང་བཟོ་སྤྱིར་བྱས་པས་བོད་ཀྱི་སྤྱི་ལའི་རིག་
 གསུམ་གང་ལའང་ཕན་ཐོགས་སྐར་མ་གཅིག་གྲང་མ་མཐོང་པས་སྤྱད་ནས་ཁོང་གི་ཞལ་
 གྱིས་བཀའ་བཀྱོན་དང་། རྒྱལ་གིས་དྲག་རྒྱུ་གང་གནང་ཡང་བཟོད་ལུལ་དུ་བཞོམ་ནས་
 བཀའ་ལན་ལུལ་རྒྱ་མཆོམས་འཛོགས་ཡིན་པས་ཆང་མས་དེ་ལྟགས་ཐུགས་འབྱེལ་ཞུ།

ལྷན་པའི་ཁྱིལ་འཛིན་ལོ་གསུམ་པ་ལ་ཡུལ་བའི་བརྟུང་དབྱངས།

2017.2.24

ཀྱན་བཟང་དགོངས་པ་ཡི་གྲོལ་ཆེན་པོའི་སྟོང་།།
མ་འགག་གཞུག་མའི་འོད་གསལ་རང་མདངས་ཚལ།།
རྒྱལ་ཀྱན་ཐུགས་རྩི་རུས་སུ་སྒྲིན་པའི་གཞུགས།།
སྒྲིགས་མའི་འགྲོལ་བསྟན་པའི་ཉི་མ་འཆར།།

ས་ཡི་ཐིག་ལེ་མདོ་ཁམས་ཤར་གྱི་སྟོངས།།
རུས་རིགས་བྱང་འཕགས་སྒྲིག་པོ་སྟོང་གི་རྒྱད།།
རུས་གྱི་སྒྲིགས་མ་རྒྱལ་བསྟན་འགྲིབ་པའི་རུས།།
ཐུགས་བརྟུང་མདུང་བྱང་སྒྲིགས་མའི་འགྲོལ་གཟིགས།།

བསྐྱབ་པའི་གཞི་མ་ཡི་གའི་རྣམ་བཞག་དང་།།
འདོན་ཆོག་ཕྱག་ལེན་རུལ་ཆོན་ཐིག་རིས་སོགས།།
པ་མེས་སྟོལ་རྒྱན་ཞང་བོད་རིག་གཞུང་རྣམས།།
གཞོན་ནུའི་རུས་སུ་ཐུགས་གྱི་དཀྱིལ་རུ་སྒྲིན།།

རུས་གྱིས་བརྟུང་པའི་སྟོང་གྱི་ཁོར་ཡུག་ནང་།།
གདོན་གྱིས་རྫོམ་པའི་གྲུབ་མཐའི་ཕྱོགས་ཞེན་གྱིས།།
ཤིན་རུ་ཉམས་ཕྱའི་གཡུང་རྒྱུད་བསྟན་པ་ལ།།
མི་འཛིགས་སྟོག་གི་ཀ་བ་བྱིད་གྱིས་བཅུགས།།

སྒྲན་གྱི་སྒྲ་མའི་བྱིན་རྒྱབས་ཐུགས་སུ་ཞུགས། །
 འབྱུང་བཞིའི་རྩལ་གྱི་རྩལ་པ་ཐུག་ཅེར་སྒྲིན། །
 འགྲོ་བ་ནད་པའི་བྱུག་རྩ་རང་སར་འཛོམས། །
 སྒྲན་རྒྱལ་གཉིས་པའི་མཚན་སྒྲན་བྱིད་ཀྱིས་འཛིན། །

རུས་ཀྱིས་རྒྱད་པའི་རྒྱལ་བསྟན་ཐུན་པས་བསྐྱིབས། །
 བཤད་སྐབས་མིན་ལས་འབྱུང་བྱའི་སྤྱི་ཡིས་བཅོམ། །
 བྱིད་ཀྱི་སྤྱག་བསམ་ཟླ་བའི་དཀྱིལ་འཁོར་གྱིས། །
 འཕགས་ལྷལ་མཁའ་ལ་གཤེན་གྱིས་བསྟན་པ་གསལ། །

ཐུབ་མཐའ་རིས་མེད་གོ་ས་གཅིག་རྩ་འབབ། །
 བན་བོན་དབྱེར་མེད་སྦྱིད་སྤྱག་རོ་གཅིག་གྱུར། །
 བསྟན་པའི་འཕེལ་འགྲིབ་རང་རང་སྤྱག་རྩ་བབས། །
 གཡུང་རྩང་བསྟན་པའི་རྒྱལ་མཚན་བྱིད་ཀྱིས་འཕྱར། །

སྒྲར་འབྱུང་ཅིས་གཞུང་རང་བྱུང་ཚན་རིག་དང་། །
 བཟོ་གསོ་བར་སྦྱོད་མེས་པོའི་རིག་གཞུང་ནམས། །
 རང་མདངས་མ་ཉམས་ཏི་མེའི་དཔལ་དང་ལྟན། །
 བྱིད་ཀྱི་གསུངས་ལས་གོ་ལའི་ཁྱོན་ཀྱན་བྱབ། །

གདམས་ངག་སྦྱིང་པོ་ཐེག་པ་རིམ་དགུ་དང་། །
 ལྟ་བའི་ཡང་ཅེ་རྩོགས་ཆེན་སྒྲན་བརྒྱད་སོགས། །
 གདོང་དམར་ཐོད་ཀྱི་པ་ཚོས་ནམ་དག་ཀྱན། །
 མ་ཉམས་བསྟན་པའི་རྒྱལ་མཚན་བྱིད་ཀྱིས་བསྐྱིངས། །

གཤེན་རབ་མི་པོའི་ཞི་བདེའི་ཐུགས་བརྐྱེད་དང་།
 ཀོང་ཅེ་འཕྲུལ་གྱི་འབྱུང་བཞི་སྟོམས་སྦྱར་སྟགས།
 མེས་པོའི་ཐུག་རྒྱུན་གསེར་གྱི་སྟོམ་བུའི་མཛོད།
 འཕྲོ་བའི་དཔལ་དུ་བྱེད་ཀྱིས་ཐུག་གིས་བཞེས།

གསུང་རབ་མཛོད་དང་བྱ་བའི་འཕྲིན་སྟགས་ཀྱིས།
 ཁ་བ་ཅན་གྱི་སྐད་ཡིག་རིག་གཞུང་ནམས།
 འཛམ་གླིང་ཤར་ཅུབ་ཀྱན་དུ་སྒྲེལ་ཅུས་པའི།
 མཛོད་སྟོན་འདི་ལྟར་གཞན་གྱིས་སྒྲེལ་ཅུས་སུ།

ཆོ་མཐའ་ཡས་པའི་བདུད་རྩིའི་བུམ་བཟང་དང་།
 ཡིད་བཞིན་འཁོར་ལོའི་ཐུག་གི་པར་གཉིས།
 བྱང་རྒྱལ་བར་དུ་བྱེད་ཀྱི་རྒྱུ་ལྟར་ཏེ།
 རོ་རྒྱའི་ཁྲི་ལ་བསྐལ་བརྒྱར་བཞུགས་ལྟར་ཅིག།

ཞེས་གཞུང་དུང་པོན་གྱི་མཁས་དབང་ལྷ་རིག་རབ་འབྱམས་པ་ཁྲི་སྐལ་བཟང་གིས་བཀའ་
 ཡིས་བསྐལ་མ་ལྟར་སྐབས་རྗེ་སྟན་རི་ཁྲི་འཛིན་སོ་གསུམ་པའི་མཛོད་ནམ་དང་འབྲེལ་བའི་སྟོན་
 ཆོག་འདི་ནི་བོད་གྱི་སྟན་རག་སྐུ་བ་རྒྱལ་ཁམས་པ་ཐུབ་བསྟན་ཐུན་ཆོགས་དེས། ཐུ་ལོ་༢༠༡༧
 ལོའི་ཟླ་བ་༥པའི་ཆེས་ལ་ཉིན། རྒྱ་ནག་པེ་ཅིང་གོང་གི་ཀྲང་དབྱང་མི་རིགས་སློབ་གྲྭ་ཆེན་མོའི་
 རང་ཤག་ནས་སྤུལ།

པས་ཞི་བྱས། ཟེར་བའི་དྲི་བ་དེའི་ནང་བོད་ཀྱི་ཡི་གེའི་མཆོན་ཉིད་གང་ལ་ཟེར་བ་
ཅམ་ཡང་གོ་མི་འདུག །བྱས་ཅང་དབྱིན་ཇི་ཡི་གེའི་དཔེར་བཅོང་འདྲ་པོ་ཞིག་
བཞག་ནས་མཁས་མདོག་གཅིག་གིས་རང་མཆོང་སྟོན་པ་རེད། །

དྲི་བ་གཉིས་པར། གསལ་བྱེད་ཀྱི་ཡི་གེ་ཡིན་ན་རྗེས་འཇུག་འཇུག་ཡུལ་ཡིན་
པས་ཞི་བྱས། ཟེར་བའི་དྲིས་ལན། བྱབ་སྟེ། གང་ལ་འཇུག་པ་བྱེད་ཅེ་ན། མིང་གཞིའི་
ཡི་གེ་ཐམས་ཅད་ལོ། ཟེར་བ་དེ་ཐུ་མིའི་སྐམ་རྟགས་ཀྱི་ཅ་བའི་ཆོག་རེད། ཁོས་དེ་
ལ་དགག་པ་བརྒྱབས་ཏེ།

“ དེ་ལྟར་ན་བཀག་ཅས་པའི་ཆོག་བྱུར་གྱི་ག་ཡིག་ཆོས་ཅན། བྱོད་རྗེས་འཇུག་
ཡི་གེ་འཇུག་པའི་གཞི་ཡིན་པར་ཐལ། གསལ་བྱེད་ཀྱི་ཡི་གེ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། བྱབ་པ་
ཁས། འདོད་ན་བྱོད་མིང་གཞིར་སོང་བའི་སྐབས་ཡོད་པར་ཐལ། བྱོད་རྗེས་འཇུག་
ཡི་གེ་འཇུག་པའི་གཞི་ཡིན་པའི་ཕྱིར། འདོད་མི་ལུས་སྟེ། དེ་ལྟར་སོང་བའི་དཔེར་
བཅོང་སྟེ་གཅིག་ཁོ་ན་ཇི་སྟེད་འཆོ་བའི་བར་དུ་བཅའ་ཀྱང་རང་ཉིད་འོ་བརྒྱལ་
བའི་རྒྱར་བཅད་དོ།” །ཞེས་ཟེར་བ་ནི་ཆང་བཟེ་དང་སྟོན་པའི་གཏམ་མོ། །རིགས་
ལམ་འདི་ལ་བརྟམས་ན་དགེ་ལུགས་པའི་དཔེ་ཆ་བ་ཞིག་མིན་པར་ཤེས་ཐུབ། བཤད་
ཚུལ་འདི་ལ་བརྟགས་ན་རིགས་ལམ་དང་སྐམ་རྟགས་ཀྱི་གཞུང་ལ་ཁྱུན་པོ། ང་རྒྱལ་
ཀྱི་ཆང་གིས་བཟེ་པོ། ཕྱག་དོག་གི་གདོན་གྱིས་སྟོན་པ་ཞིག་ཡིན་པ་ཤེས་སོ། །

“བཀག” ཅས་པའི་འགྲེལ་བཤད་ལ་སྟོན་ཆེན་པོ་གསུམ་སྟེ། ༡ འདིའི་ག་ཡིག་ནི་
སྐབས་འདི་རྗེས་འཇུག་ཡིན་པ་ལས་མིང་གཞི་མིན་པ་མ་ཤེས་པའི་སྟོན།

༢ ཁོས་ཟེར་བར། “འདོད་ན་བྱོད་མིང་གཞིར་སོང་བའི་སྐབས་ཡོད་པར་ཐལ།”
ཟེར། དེས་ག་ཡིག་དེ་སྟོན་རྗེས་མིང་གསུམ་ག་ཡིན་པའི་ཡི་གེ་ཅམ་ཡང་ཡིན་པ་
མ་ཤེས་པའི་སྟོན།

༣ “དེ་ལྟར་སོང་བའི་དཔེར་བཅོང་ཇི་སྟེད་འཆོ་བའི་བར་དུ་བཅའ་ཀྱང་མི་རྟོད།”
ཟེར་བ། བཀག་གི་རྗེས་སུ་ཡང་འཇུག་སྐྱུར་ན། བཀགས། ཞེས་པའི་ཡི་གེ་ཡོད་པ་
མ་དུན་པའི་སྟོན་གསུམ་མོ། འདི་ཇི་སྟེད་འཆོ་བའི་བར་དུ་ག་ལ་བཅའ་དགོས་

ཏེ། དེ་མ་ཐག་རྟུ་བཙལ་ཐུབ་པའི་ཕྱིར། དེས་ན་ཀ་ཁ་སྤུམ་ཅུའི་མཐའ་མི་ཚོད་
མཁན་ཞིག་དང་ངེ་ལྟར་ཚོད། །

དེ་ལས་གཞན་པའི་འོག་གི་དོན་ཚན་གཞན་པའི་དགག་ཡིག་ཚང་མར་མ་བྱལ།
བྱལ་ཆེ། མི་སྲིད་གསུམ་གྱི་ནོར་འབྲུལ་ཅན་ཤ་སྟག་ཡིན་པ་སྤུམ་རྟགས་རགས་ཅམ་
ཤེས་མཁན་ཞིག་གིས་ཀྱང་རྟོགས་སྤྱོད་བས་དགག་ལན་མ་བྲིས་སོ། །

ཐུབ་ཐུན་ཚར་གཙོད་ཚོམ་ཡིག་དེ། །

ཚར་གཙོད་མ་རེད་མཚར་བྱེད་རེད། །

མཁས་པས་བལྟས་ན་སྟོ་གཏམ་དང་། །

གོགས་ཀྱིས་མཐོང་ན་ངོ་ཚིའི་རྒྱ། །

ཕྱི་ཡི་རིགས་ལམ་འགྲོས་མ་ཤེས། །

ནང་གི་སྤུམ་རྟགས་དོན་མ་རྟོགས། །

སྤུན་པོ་སྤྱོད་བའི་སྟོབས་པ་ཅན། །

མཁས་པའི་གུལ་རྟུ་འཚང་འདི་མཚར། །

བྱིས་པ་རྣམས་ཀྱིས་བསྐྱབ་བྱའི་གནས། །

དབྱངས་གསལ་སོ་བཞིའི་རྣམ་བཤད་ཀྱང་། །

གོ་ལོག་ཐེབས་པའི་རིགས་ལམ་དེ། །

མཁས་པས་དབྱད་བྱའི་གནས་མ་ཡིན། །

“བཀག་”ལ་ཡང་འཇུག་ཡོད་པ་ནི། །

ངེ་སྲིད་བཙལ་ཀྱང་མི་རྟོག་ཟེར། །

འོ་ན་ཡང་འཇུག་ས་ཡིག་ཅན།
བཀག་ས་ཞེས་འབྲི་སྲོལ་བརྟེན་དམ་ཅི།

ཁོ་བོར་དགག་པའི་ཆོག་ཕྱེང་བཅུ།
ཆོག་ཕྱེང་བཅུ་ལ་ནོར་འབྲུལ་བཅུ།
བརྒྱ་ཆ་བརྒྱ་ཡི་ནོར་འབྲུལ་ཅན།
ལྷ་དང་སྦྱོན་ཡོད་པའི་རྟགས་སུ་ངེས།

སུམ་རྟགས་སྦྱངས་པའི་ཅ་ཅའི་ཁྲོད།
བདག་ལ་དགག་པའི་སྤང་ཚུལ་གྱིས།
མཁས་མིང་ཐོབ་པའི་དོན་བཙོན་པར།
དེ་བཞིན་འབྲུབ་པའི་སྦྱོན་ལམ་ཁྱ།

བཟང་འབྲེལ་ཆེ་གཅིག་སངས་རྒྱས་དང་།
ངན་འབྲེལ་འཁོར་བ་མཐའ་ཅན་བཞིན།
བདག་ལ་དགག་པའི་ལས་འབྲེལ་གྱིས།
ཕྱི་མར་མཁས་པ་འབྱུར་བར་སྦྱོན།

གྲགས་པའི་རེ་བ་མེ་ལྟར་འབར།
ཉེ་བའི་མཐུན་ཆེན་གསེར་ལྟར་དཀོན།
ཆོས་བརྒྱད་དབུལ་བའི་མུ་གེའི་ནད།

བདག་ལ་བརྟེན་ནས་འཛོམས་ཀྱི་ཅིག།

ང་ཚུལ་ཆེ་བའི་སེར་གཟུགས་ནམས།།

འགོང་པོར་སྐྱེ་བའི་ཚུ་ཡིན་པས།།

ཕྱི་མར་བདག་གི་ཉེ་འཁོར་དུ།།

སྐྱེ་ནས་མཁས་པར་འགྱུར་བར་ཤོག།

གང་ཞིག་བདག་ལ་བརྟེན་པ་ཡིས།།

དགའ་དང་བདེ་བའི་ཚུ་གྱུར་ན།།

སྒོ་དང་དང་དམོ་དམོ་གང་བྱང་ཡང་།།

དགའ་བས་རྗེས་སུ་ཡི་རང་རོ།།

ཞེས་པ་མཛེས་སྒྲོ་དགའ་མཁས་པར་འགྱུར་བའི་སྒོན་ལམ་འདི་ནི་པེ་ཅིང་ནས་བྲིན་ཏུར་
འཁྱུར་བའི་ལམ་བར་སྤྱི་ལོ་ ༡༠༡༧ ལོའི་ཟླ་བ་༣པའི་ཆེས་ལྷོ་ཉིན་ནམ་མཁའི་མཛོངས་ནས་ཐོད་
ཀྱི་བད་སྒོ་དེ་སྤྱི་བའི་ཚུལ་ཁམས་པ་ཐུབ་བཞུགས་སུ་ཚོགས་དེས་བྲིས་སོ།།

བོད་ཀྱི་ཡུལ་སྐད་དབྱེ་ཚུལ་ལ་སྒྲུབ་ཡང་དབྱུང་བ།

再探藏语方言的分类

2017.8.20

གཅིག ཁྱིམ་ཚུལ་ནང་ཏུ་ཡུལ་སྐད་ཞིབ་འཇུག་གི་གནས་སྐབས།

ཡུལ་སྐད་ནི་དམིགས་བསལ་གྱི་མི་རིགས་ཀྱི་རིག་གནས་ཤིག་རེད། མི་རིགས་གང་འདྲ་ཞིག་ཡིན་ཀྱང་ས་གནས་སོ་སོའི་བྱང་ཚུལ་ཅན་གྱི་ཡུལ་སྐད་མི་འདྲ་བ་རེ་ཡོད་པ་རེད། དེ་ནི་ལོ་རྒྱུད་ཕྱག་ཁ་ཤས་བརྒྱུད་ནས་རྒྱུ་འཛིན་བྱུང་བ་ཞིག་ཡིན་སྟབས། དེ་དག་སོ་སོ་ལ་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་རིག་གནས་ཀྱི་བྱང་ཚུལ་གཏིང་ཟབ་ལྡན་ཡོད་པ་ཞིག་རེད། མིག་སྔར་བོད་ཀྱི་སྐད་ཡིག་ཞིབ་འཇུག་གི་གནས་སྐབས་སྟོན་ནས་བོད་ཀྱི་ཡུལ་སྐད་དབྱེ་སྒྲུབ་ལ་ཡང་བརྒྱུར་ཏུ་དབྱུང་དགོས་པ་ཞིག་དང་། བོད་ཀྱི་བརྒྱུད་རིག་པ་ཞིབ་འཇུག་གི་ལས་ཀ་ལ་བྱགས་སྟོན་བྱེད་དགོས་པ་ཞིག་མཐོང་། ཟ࿳་ལོ་༢༠༡༤ལོར་ཐེན་ཅིང་ནན་ཁི་སྟོབ་གྲུ་ཆེན་མོའི་ནང་ཏུ་སྐད་ཡིག་ཞིབ་འཇུག་གི་ཆོགས་འདུའི་ནང་ཏུ་ངས་ཆ་འདི་ཐོག་མར་སྟན་ཐུགས་པ་ཡིན།

འོན་ཀྱང་སྐད་ཡིག་དང་ཡུལ་སྐད་ཞིབ་འཇུག་གི་ལས་ཀ་ལ་ད་ལྟའི་བར་ཏུ་འགྱུར་སྟོན་ཆེར་མ་མཐོང་། ཡུལ་སྐད་ཞིབ་འཇུག་ནི་བརྒྱུད་རིག་པ་ལ་ཞིབ་འཇུག་ཅམ་མ་ཟད་དམངས་སྟོན་རིག་གནས་དང་། ལོ་རྒྱུས་རིག་གནས་ཞིབ་འཇུག་དང་འབྲེལ་བ་གཏིང་ཟབ་པ་ཞིག་ཆགས་ཡོད། ཀྱང་གོའི་རྒྱལ་ཡོངས་བཅིངས་འགོ་ལ་བཏང་རྗེས་སུ་བོད་ཀྱི་བརྒྱུད་རིག་པ་ཞིབ་འཇུག་བྱེད་མཁན་གྱི་མཁས་དབང་པལ་ཆེར་རྒྱ་རིགས་མཁས་པ་ཡིན་པ་ལས། བོད་རིགས་རང་གི་མཁས་པས་བོད་ཀྱི་ཡུལ་སྐད་དང་བརྒྱུད་རིག་པ་ཞིབ་འཇུག་བྱེད་མཁན་དེ་ཏུ་ལམ་སྟོན་མཐའ་ཅམ་ཆགས་པ་རེད། དེར་ཏུ་སྟོབ་གྲུ་ཆེན་མོ་ཁག་ནས་ཐོན་པའི་

ཐོད་རིག་འབྲམ་རམས་པ་དང་། རབ་འབྲམས་པ་ཏ་ཅང་མང་པོ་ཞིག་ཡོད་ཀྱང་།
 ཐོད་ཀྱི་བརྒྱ་ཕྱེད་རིག་པ་ལ་ཞིབ་འཇུག་བྱེད་མཁན་གྱི་འབྲམ་རམས་པ་ཏ་ཅང་
 ཉུང་བ་ཞིག་རེད། རྒྱ་མཚན་གང་ཞེ་ན། སློབ་གྲྭ་ཆེན་མོའི་ནང་དུ་ཐོད་ཀྱི་སྐད་
 ཡིག་དང་བརྒྱ་ཕྱེད་རིག་པ་ལ་ཞིབ་འཇུག་བྱེད་མཁན་གྱི་སློབ་དཔོན་ཆེན་ཤིན་དུ་
 ཉུང་ཞིང་། ཐོད་རིགས་ཀྱི་སློབ་དཔོན་ཆེན་མོ་རྣམས་ལས་ཐོད་ཀྱི་སྐད་ཡིག་དང་
 བརྒྱ་ཕྱེད་ལ་ཞིབ་འཇུག་བྱེད་མཁན་ཏ་ཅང་ཉུང་བ་ཞིག་རེད། རྒྱ་མཚན་དེས་
 ཐོད་ཀྱི་སློབ་མའི་ཁྱོད་ནའང་ཐོད་ཀྱི་བརྒྱ་ཕྱེད་ཞིབ་འཇུག་བྱེད་མཁན་གྱི་འབྲམ་
 རམས་པ་དང་། རབ་འབྲམས་པ་མང་པོ་མེད་པ་རེད། དུལ་སྐད་སྤྱང་སྤྱོད་དང་།
 རྒྱན་འཛིན་བྱ་རྒྱ་དེ་ཐོད་ཀྱི་སྤྱི་སྐད་ཁྱབ་གདལ་གཏོང་རྒྱ་དང་འགལ་བ་གང་ཡང་
 མེད། དེར་དུས་རྒྱལ་སྤྱི་ནང་གི་མཁས་པ་རྣམས་ཀྱིས་དགོངས་པ་གཅིག་དང་
 དབྱངས་གཅིག་གིས་གསུངས་དོན། དུལ་སྐད་སྤྱང་སྤྱོད་དང་ཞིབ་འཇུག་བྱ་རྒྱ་ནི་
 འགྲོ་བ་མིའི་དཔལ་ཡོན་གྱི་རིན་ཐང་ལྟ་བུའི་རིག་གནས་སྤྱི་དངོས་ཀྱི་བང་
 མཛོད་ཅིག་བསྟན་པ་ཞིག་ཡིན་པ་མ་ཟད། སྐད་ཡིག་གི་རིག་གཞུང་དང་།
 དམངས་སྤྱོལ། རོ་རྒྱས། འགྲོ་བ་མི་རིགས་རིག་པ་ཚོགས་ལ་ཞིབ་འཇུག་བྱ་རྒྱའི་
 ཐང་ཕན་ཐོགས་ཆེན་པོ་ཡོད་པ་དང་། གཞུགས་མེད་རིག་གནས་ཤུལ་བཞག་གི་
 ལས་དོན་ལའང་ཕན་ཐོགས་ཆེན་པོ་ཡོད་པར་བཤད།

དེར་དུས་བརྒྱ་ཕྱེད་ཞིབ་འཇུག་པ་རྣམས་ཀྱིས་ཡོངས་གྲགས་ཀྱི་བཤད་སྤྱོལ་
 ལྟར་ན། འཛམ་གླིང་ཡོངས་ལ་སྐད་རིགས་དུག་སྟོང་ལྟ་ཅམ་ཡོད་པའི་ནང་དུ།
 སྐད་རིགས་སྟོང་ལྟ་གཉིས་ཅམ་ལ་ཡི་གེའང་ཡོད། སྐད་རིགས་དེ་དག་ལས་ 96%
 བེད་སྟོད་བྱེད་མཁན་གྱི་མི་དེ་འཛམ་གླིང་མི་གངས་ཀྱི་ 4% ཅམ་ཟིན་ཡོད། དེ་
 ལས་སྐད་རིགས་གཅིག་སྟོང་ལྟ་ཅམ་ཞིག་ཏ་ལམ་རྒྱན་ཆད་ལ་ཉེ་བའི་ཉེན་ཁའི་
 གནས་སུ་ལྷུང་ཡོད་ཅེས་གསལ། གྲང་གོའི་མི་རིགས་ལྷ་བརྩུང་ལྷ་ལས་མི་གངས་
 མང་ཤོས་རྒྱ་རིགས་ཀྱི་སྐད་ལ་འོ་ན་ཡུལ་སྐད་ལ་དབྱེ་བའི་རྣམ་གངས་ཇི་ཅམ་ཡོད་
 ཅེ་ནས། «གྲང་གོའི་སྐད་ཡིག་སྤྱི་བཤད་» ལས་། གྲང་གོའི་ཡུལ་སྐད་ཅེས་པ་ནི་

ཁྱེ་སྐད་གྱི་ཆ་ཤས་ཤིག་རེད། གྲུང་གོའི་ས་ཁུ་ཆེ་ཞིང་། ཁྱེའི་ཡུལ་སྐད་གྱི་ནུམ་གྲངས་
མང་། མིག་སྐར་གྲུང་གོའི་བརྗེས་རིག་པ་སྤྱོད་པའི་མངའ་ཁོངས་སུ་དེང་རབས་ཁྱེའི་
ཡུལ་སྐད་དབྱེ་སྤངས་ལ་གཅིག་གྱུར་ཞིག་བྱུང་མེད། ཁྱིམ་༢༠༠༧ལོར་《གྲུང་གོའི་སྐད་
དང་ཡི་གེའི་སྤྱི་བཤད།》རོ་སྤྱོད་ཅིས་ནང་དོན་ལྟར་ན། ཁྱེའི་ཡུལ་སྐད་ལ་སྤྱི་
བཟང་དབྱེ་བ་ཆེན་པོ་བརྒྱ་ཉེ།

- | | |
|-----------------|-----------------|
| 1、 官话方言。 官话方言。 | 1、 官话方言。 官话方言。 |
| 2、 晋方言。 晋方言。 | 2、 晋方言。 晋方言。 |
| 3、 吴方言。 吴方言。 | 3、 吴方言。 吴方言。 |
| 4、 闽方言。 闽方言。 | 4、 闽方言。 闽方言。 |
| 5、 客家方言。 客家方言。 | 5、 客家方言。 客家方言。 |
| 6、 粤方言。 粤方言。 | 6、 粤方言。 粤方言。 |
| 7、 湘方言。 湘方言。 | 7、 湘方言。 湘方言。 |
| 8、 赣方言。 赣方言。 | 8、 赣方言。 赣方言。 |
| 9、 徽方言。 徽方言。 | 9、 徽方言。 徽方言。 |
| 10、 平话土话。 平话土话。 | 10、 平话土话。 平话土话。 |

①官话是以之为母语的人口最多、分布范围最广的汉语一级方言，名称源自中国古代对汉语官方标准语的称呼，朝廷使用的汉语在周朝称“雅言”，至少在明清时已称“官话”，1909年则定称“国语”，1956年中国大陆改称“普通话”。随着学术发展，“官话”在语言学上成为特定汉语方言的专有名词，官话方言旧称“北方方言”。使用人口约占汉族总人口的75%

②分布于山西省广大地区以及河北、河南、内蒙古、陕西等四个省区临近山西的地区。

③吴语（语言代码：ISO 639-3 wuu）的分支。比如上海言话等等。

④闽方言主要通行于福建、广东、台湾三省地区。使用人口约4000万。

⑤客语是中国台湾的官方语言之一（法定公事语言）。

⑥粤语，又称广东话、广府话、白话。

⑦湖南境内的方言。

⑧使用人口多数在江西省境内。

⑨分布于新安江流域的皖南旧徽州府、浙江西部旧严州府一带的汉语方言。

⑩平话是广西地区汉语方言的一种，属汉语何种方言尚无定论。

དེ་དག་ཕན་ཚུན་ཉ་ལམ་གྱི་བར་འཕྲོད་དགའ། ” ཞེས་གསལ་བ་འདི་དག་ལ་
བརྟག་ན་སྤྱི་ཚུ་སྐད་ཡར་རྒྱས་འགྲོ་བ་ཙམ་མ་བཟད། གྲེ་བྲག་རྩ་རྒྱའི་ཡུལ་སྐད་སོ་
སོ་ལ་ལུ་མཐུན་ནས་ཞིབ་འཇུག་དང་སྤྱད་སྤྱོད་ཐོབ་ཅིང་ཡོད་པ་མཐོང་ཐུབ།

གཉིས། ཡུལ་སྐད་ཆེན་པོ་གསུམ་གྱི་ནང་རྩ་མ་འབྲས་པའི་སྐོར།

དེར་རྒྱས་པོད་གྱི་བར་སྤྱོད་ཞིབ་འཇུག་དང་། ཡུལ་སྐད་ཞིབ་འཇུག་གང་ལྟས་
ཀྱང་ཆ་བའི་ལྟ་བུ་ཡུལ་སྐད་ཆེན་པོ་གསུམ་གྱི་ནང་རྩ་བསྐྱུས་ཏེ་ཞིབ་འཇུག་བྱེད་
ཅིང་ཡོད་པ་ནི་བོད་ཀྱི་ཡུལ་སྐད་ཀྱི་གནས་ལུགས་དང་མི་མཐུན་པའི་ལྟ་བུ་ཞིག་
རེད། ཡུལ་སྐད་ཆེན་པོ་གསུམ་ཞེས་དབྱེ་ཚུལ་འདི་ནི་ཀྱང་གོ་གསལ་པ་དབྱེ་
བརྟེན་རྒྱུ་མི་རིགས་འདྲ་མཉམ་དང་། སྐད་ཡིག་འདྲ་མཉམ་གྱི་སྤྱད་རྒྱས་འོག་
རྩ་བོད་ཀྱི་སྐད་ཡིག་ལ་ཞིབ་འཇུག་བྱེད་མཁན་རྗེ་མང་དང་། ལས་གཞི་རྒྱ་རྗེ་ཆེ་
རྩ་མཉམ་པའི་སྐབས་སུ་ཡུལ་སྐད་ཆེན་པོ་གསུམ་ཞེས་རགས་པའི་སྐོར་ནས་དབྱེ་བ་
ཞིག་རེད། དེ་ལྟར་དབྱེ་བའི་གཞི་འཛིན་ས་ཀྱང་སྤྱོད་གྱི་ལོ་རྒྱུས་ཡིག་ཆ་དང་རྒྱལ་ས་
སུ་བོད་ཆོལ་ཁ་གསུམ་དང་། མདོ་དབུས་ཁམས་གསུམ་ཞེས་པའི་དབྱེ་བ་སྤྱི་སྤྱོད་
ཡོད་པ་དེ་ཉིད་གཞི་བཞག་གི་ཐོག་རྩ་དབྱེས་ཡོད་པ་ཞིག་རེད་འདུག སྤྱིར་བོད་
ཀྱི་ཡུལ་སྐད་ལ་ནང་གསེས་ཞིབ་རྩ་དབྱེ་ན་དབྱེ་བ་མི་འདྲ་བ་བརྒྱ་ལྷག་ཙམ་ཡོད་
སྤྱོད་དེ། ཡུལ་སྐད་ནང་གསེས་སུ་བྱུང་པར་རྩ་ཆེ་བའི་ཤར་རྒྱལ་མོ་རོང་གི་ཡུལ་
སྐད་ལྟ་བུ་ལ་མཆོན་ན་ཆ་ཁོའི་ཡུལ་སྐད། རྩ་ཆེན་ཡུལ་སྐད། འབྲོག་རྫོང་ཡུལ་
སྐད། ཁྲོ་རྒྱབས་ཡུལ་སྐད། ཆོ་བརྟན་ཡུལ་སྐད། ཁྲོ་རྒྱའི་ཡུལ་སྐད། གཟི་ཆ་སྤེ་དགའི་
ཡུལ་སྐད། དེ་བཞིན་རྩ་རྒྱལ་རོང་བའི་རྩ་བ་སྤྱོད་སུ་ཡོད་པའི་མི་ཉག་སྐད་དང་།
འབྲུབ་པའི་ཡུལ་སྐད། རྩ་ལོག་སྐད་སོགས་ཕན་ཚུན་གྱི་བར་འཕྲོད་དགའ་བའི་
ཡུལ་སྐད་ཀྱི་དབྱེ་བརྒྱ་ཙམ་ཡོད་འདུག རྒྱའི་གཏམ་དཔེ་ལ། 五里一音，十里
一调。ཟེར་བ་ལྟར་བོད་ཀྱི་ཡུལ་སྐད་ཀྱི་དབྱེ་བ་ཡང་དེ་དང་འདྲ་བ་ལུང་པ་རེ་ལ་
སྐད་གདངས་རེ་ཡོད་པ་ནི་དཔོན་ཡོད་ཀྱི་གནས་ཚུལ་འདི་རེད།

དེར་རབས་བར་སྤྱོད་རིག་པའི་ངོས་ནས་བཤད་ན། བོད་ཀྱི་ཡུལ་སྐད་ལ་མདོ་
དབུས་ཁམས་གསུམ་གྱི་ཡུལ་སྐད་ཆེན་པོ་གསུམ་ཞེས་དབྱེ་ཚུལ་འདི་ནི་དཔོན་

ཡོད་ཀྱི་གནས་ཚུལ་དང་མི་མཐུན་ལ། ཚན་རིག་ཞིབ་འཇུག་གི་ཐབས་ལམ་དང་
 ཡང་མི་མཐུན་པ་ཞིག་མཐོང་། རྒྱ་མཚན་གང་ཞིག་། དུལ་སྐད་དེ་གསུམ་གང་གི་
 ཁོངས་སུ་མི་མཚུངས་པ་དཔེར་ན། རྒྱལ་རྒྱུ་ཡུལ་སྐད་དང་། ལྷོ་མོན་འབྲུག་པའི་
 ཡུལ་སྐད། རྒྱ་གས་ཀོང་ཡུལ་སྐད། མངའ་རིས་ལ་རྒྱ་གས་ཡུལ་སྐད་བཅས་བཞི་པོ་
 དེ་རེད། དེ་ལས་ལ་རྒྱ་གས་ཡུལ་སྐད་དེ་དབུས་གཙང་ཡུལ་སྐད་དང་ཉེ་བ་ཅུ་
 ཡོད་ཀྱང་། ལྷོ་མོན་སྐད་དང་། རྒྱལ་རྒྱུ་སྐད་གཉིས་ཀྱི་ཡུལ་སྐད་ནི་ཡུལ་སྐད་
 ཚེན་པོ་གསུམ་ཞེས་པ་དེ་དག་གང་གི་ནང་དུ་འང་བསྟུ་ཐབས་མེད་པ་ཞིག་རེད།

སྐད་ཡིག་གི་ལོ་རྒྱུས་འཕེལ་རིམ་དང་བསྟུན་ན་རྒྱལ་རྒྱུ་ཡུལ་སྐད་ནི་བོད་
 སྐད་ཀྱི་ཨ་མ་ལྟ་བུ་ཞིག་ཡིན། ༡ ཙ་བ་རྒྱལ་རྒྱུ་ཡུལ་སྐད། ༢ ཨ་མ་དོའི་ཡུལ་སྐད།
 ༣ ཁམས་ཀྱི་ཡུལ་སྐད། ༤ རྒྱ་གས་ཀོང་ཡུལ་སྐད། ༥ ལྷོ་མོན་ཡུལ་སྐད། ༦ ལ་རྒྱ་གས་
 ཡུལ་སྐད། ༧ དབུས་གཙང་ཡུལ་སྐད་བཅས་མ་མཐའ་ཡང་ཡུལ་སྐད་རིགས་
 བརྒྱུན་དུ་དབྱེ་ནས་ཞིབ་འཇུག་བྱ་དགོས་པ་ཞིག་རེད། སྐད་དང་ཐ་སྐད་ཀྱི་འགྱུར་
 བ་ནི་རྒྱ་ས་རབས་ཀྱི་འཕེལ་རྒྱས་དང་། སྤྱི་ཚུགས་ཀྱི་ཁོར་ཡུག་དག་དང་བསྟུན་
 བ་ཞིག་ཡིན་པ་ལས་དང་འཕྲོ་འགྱུར་འགྲོ་དང་འགྲོ་བཞིན་པའི་གནས་ཚུལ་ཞིག་རེད།
 བོད་ཀྱི་སྐད་ཡིག་འཕེལ་རྒྱས་དང་འཕྲོ་འགྱུར་ཀྱི་ཚུལ་ཉིད་ལ་བརྟགས་ན་ཐོག་
 མའི་བོད་ཀྱི་སྐད་ཡིག་གི་གཞི་འཛིན་སའི་མང་གཞི་དེ་ད་ལྟ་ཤར་རྒྱལ་མོ་རྒྱུ་ལོ་
 ཡུལ་སྐད་འདི་ཡིན་པ་གཞིར་བཅས། དེ་ལས་རྒྱ་ས་རབས་རིམ་བཞིན་དུ་མདོ་
 དབུས་མཐོ་སྐད་གི་ཡུལ་སྐད་དག་དུ་རང་རང་ཁོར་ཡུག་ནང་དུ་འཕེལ་རྒྱས་དང་
 འཕྲོ་འགྱུར་སོང་ཞིང་ཡུལ་སྐད་ཀྱི་དབྱེ་བ་མང་པོ་ཞིག་ཆགས་ཡོད་པ་ནི་འགྲོ་བ་
 མིའི་རིགས་ཀྱི་ཡུལ་སྐད་ཀྱི་གནས་ལུགས་སྤྱི་དང་མཐུན་པ་ཞིག་རེད། དེ་ལས་ལོ་
 རོ་སྟོང་ལྷག་མང་པོ་བརྒྱུད་ནས་འཕྲོ་འགྱུར་བྱུང་བའི་དེང་རབས་ཅན་ཀྱི་བོད་
 སྐད་ཀྱི་ཚབ་མཚན་ལྟ་བུ་དེ་ཡུལ་དབུས་པའི་ཡུལ་སྐད་ལྟ་སའི་ཡུལ་སྐད་གཙོ་
 བོར་བྱས་པའི་དབུས་གཙང་ཡུལ་སྐད་ཅས་པ་འདི་ཡིན་པ་ནི་ཚོད་མེད་དུ་གྲུབ་སྟེ།
 དང་པོ་སྤྱི་འགྱུར་རིག་གསུམ་ཀྱི་ཡུལ་དབུས་ཡིན་པ། ལྷོས་བཅས་ཀྱི་སྐོ་ནས་
 ཡུལ་སྐད་འདི་སྤྱི་དམུག་མཐུན་པ། རྫོང་ཚུལ་ཀྱི་གདངས་འཇམ་ཞིང་ཡང་བས་

རྫོང་བདེ་བ། མི་རིགས་གཞན་གྱི་ཅ་དངོས་རྣམས་ལ་རང་རང་གི་སྤྱོད་པ་བཞག་
བྱས་པའི་མིང་མང་བས་མན་ཚུན་གོ་བརྗེ་འཕྲོད་བདེ་བ་བཅས་ཀྱི་བྱང་ཚུལ་མང་
པོ་དང་ལྷན་པའི་དེང་རབས་བོད་སྐད་ཅིག་རེད། མདོར་བསྟུན་ན། གནའ་བོའི་
བོད་ཀྱི་སྐད་ཡིག་མཚོན་བྱེད་ནི་རྒྱལ་རྩེ་གི་ཡུལ་སྐད་ཡིན་ལ། དེང་རབས་བོད་
སྐད་ཡིག་མཚོན་བྱེད་ནི་ལྷ་སའི་ཡུལ་སྐད་ཡིན་པ་ནི་དངོས་པོ་གནས་ལྷགས་ཤིག་
ཆགས་ཡོད་པ་རེད།

གསུམ། རྒྱལ་རྩེ་གི་ཡུལ་སྐད་དེ་བོད་སྐད་ཀྱི་རྩ་བ་ཡིན་པའི་རྒྱ་མཚན།

ཤར་རྒྱལ་མོ་རྩེ་གནའ་བོའི་ཞང་བོད་རིག་གནས་མཚོན་བྱེད་ཀྱི་རྩ་རིང་ལྟ་
བུ་ཞིག་ཆགས་ཡོད། རྒྱལ་རྩེ་གི་ཡུལ་སྐད་ལ་ཐོག་མར་ཞིབ་འཇུག་བྱེད་མཁན་ནི་
སི་རུ་ཚུལ་གྱི་འབྲུང་གནས་ཡིན། ཁོང་གིས་མི་ལོ་བཅོ་ལྔ་ལྷག་གི་རིང་ལ་བོད་ཀྱི་
ཡིག་གི་འབྲུང་བྱངས་དང་། སྤྱི་གདངས་ལ་ཞིབ་འཇུག་བྱས་པའི་མཐའ་འབྲས་ནི།
བོད་ཀྱི་ཡི་གེ་ནི་གནའ་བོའི་བོད་སྐད་ཀྱི་སྤྱི་གདངས་ལ་གཞི་འཛིན་ནས་གསར་
གཏོད་བྱས་པ་ཞིག་ཡིན་ལ། སྐབས་དེའི་བོད་སྐད་མ་ཉམས་པ་ནི་དེང་རུས་ཤར་
རྒྱལ་མོ་རྩེ་གི་ཡུལ་སྐད་འདི་ཡིན། ཞེས་གསུངས། ད་ཡོད་དབྱེད་གཞིའི་ཡིག་ཆ་
དག་ལས་གསལ་བ་ལྟར་ན་རྒྱལ་རྩེ་གི་ཡུལ་སྐད་ལ་ཐོག་མར་ཞིབ་འཇུག་བྱེད་མཁན་ནི་
སུ་རུ་ཚུལ་འབྲུང་ཡིན་པར་མངོན། སི་རུའི་འགྲེལ་ཆེན་མུ་ཉིག་སྤེང་མཛེས་
ལས ① སི་རུ་ཚུལ་འབྲུང་གིས་བོད་ཡིག་སྤེལ་སྤྱོད་ནི་རྒྱལ་རྩེ་གི་ཡུལ་སྐད་ལ་
གཞིར་འཛིན་ནས་བཅོས་ཡོད་པར་གསུངས་ཡོད་པར་ནི། “སྤྱི་ལོ་ཉི་ཤུ་རྩ་བཞི་
པ་རིན་པོ་ཆེ་བཞུགས་པའི་ཆོ་གནའ་བོའི་རུས་བཞིན་རུ། ཡིག་སྐྱོག་ཚུན་ཆད་ཀྱང་
བཅེགས་འཕུལ་སོགས་ཀྱི་སྤྱི་བྱུར་ཕྱིན་པར་འདོན་པའི་སྒོལ་བཟང་པོ་བྱུང་བར་
གྲགས་པ་དང་། ཁམས་སྤྱོགས་ཀྱི་མཐའ་ཨ་མདོ་དང་རྒྱལ་མོ་རྩེ་སོགས་བྱང་
ཤར་གྱི་ཆ་རྣམས་སུ་འཁོད་པའི་སྤྱི་བོ་དག་ལའང་། གནའ་བོའི་རུས་སུ་བོད་ཡུལ་

① ཟ࿳་ལོ་༡༩༩༠ལོ་ནས་༡༩༩༥ལོའི་བར།

② དཔལ་སྤངས་ཤིང་སྤར་ཤོག་ལྟེན་ 37པའི་རྒྱུ་སྤེང་ ༩ པར་གསལ།

དབུས་ནས་བྱང་བའི་སློག་ཚུལ་མ་ཉམས་པ་ཡིན་པར་གྲགས་པའི་ཡི་གེ་སློག་ཚུལ་
དང་། དེ་དག་གི་ཡུལ་སྐད་བཅས་ལའང་གྱིང་ཉམས་ཆེ་ཅན་ལས། འཕུལ་རྟེན་
སོགས་ཀྱི་བྱར་དག་པར་འདོན་པ་འབྱུང་བར་མཛོན་སུམ་གྱིས་གྲུབ་པ་སོགས་གྱིས་
ཀྱང་མཚོན་ཅུས་སོ། །གཞན་ཡང་བོད་ཡིག་གི་སྤྱི་བའི་ལྷ་སྤྱིར་བའི་ཚུལ་ནི། སྤྱི་
ཀྱི་བོད་སྐད་དག་པ་ཉིད་ལ་བརྗོད་པའི་སྤྱི་བའི་ལྷ་སྤྱིར་བའི་ཚུལ་པ་དེ་ལྷ་སྤྱིར་མཐུན་པ་
འདིས་སྤྱིར་བ་ཡིན་པས། སྐད་ལ་འཕུལ་རྟེན་སོགས་ཀྱི་བྱར་གསལ་བ་མེད་ན་ཡི་
གེ་ལ་དེ་ལྷ་སྤྱིར་ཐོབ་པ་རྒྱ་མཚན་གང་ཞིག་གིས་རྟོགས་པར་ཅུས། ཞེས་གསུངས་པ་
ལས་དོ་སྤྱིར་དགོས་པ་གལ་ཆེ་ཤོས་དེ། སི་རྒྱ་ཚོས་ཀྱི་འབྱུང་གནས་གྱིས་གསལ་
བཤད་གནང་དོན། བོད་ཡིག་ཐོག་མར་བྱེད་པ་པོས་གསར་བཏོད་གནང་སྐབས།
དམིགས་བསལ་རྒྱ་བོད་ཡིག་ལ་མགོ་ཅན་དང་། འདོགས་ཅན་སྤྱིར་བའི་རྒྱ་མཚན་
དེ་མིང་དེ་དག་གི་སྤྱི་སློག་པའི་ཆེ་ཐོག་མ་མགོ་ཅན་གྱི་སྤྱི་དང་ཉེ་བའི་གདངས་
ཐོན་པ་དང་། མིང་འཇུག་རྒྱ་འདོགས་ཅན་གྱི་སྤྱི་དང་ཉེ་བའི་གདངས་ཐོན་པས་
ན་མགོ་འདོགས་ཅན་གྱི་ཡི་གེ་བཅོས་པ་ཡིན་པ་ལས། དེ་ལྷ་སྤྱིར་ཐོབ་ན་མགོ་
འདོགས་ཅན་གྱི་ཡི་གེ་རྣམས་བཞག་འདི་དག་བྱ་བའི་རྒྱ་མཚན་གཞན་གང་གིས་
རྟོགས་ཅུས། ཞེས་གསལ་བཤད་གནང་ཡོད་པ་འདི་ནི་དོན་ལ་གནས་པ་ཞིག་
རེད།

ཤར་རྒྱལ་མོ་རྩོང་འདི་ཆེས་གནའ་བོའི་རྒྱས་ནས་ད་བར་ཡུལ་གྱི་མིང་ལ་འགྱུར་
བ་གང་ཡང་མེད་པ་བོད་བཅན་པོའི་སྐབས་ནས་ད་བར་ཤར་རྒྱལ་མོ་རྩོང་ཞེས་
གྲགས་པ་དང་། རིག་གནས་མ་འགྱུར་པ་གནའ་བོའི་ཞང་བོད་རིག་གནས་གསོན་
ཉམས་ལྷན་པ་གནས་ཡོད་པའི་ས་ཆ་ཞིག་རེད། སྤྱི་ཀྱི་རྒྱས་སུ་ཞང་ཁུང་གི་ཡུལ་
ནས་ཁུང་འཕགས་ཁྱ་མོ་དང་། བོད་བཅན་པོའི་སྐབས་སུ་སྤྱི་བའི་དཔོན་པོ་རོ་རྩ་ན།
རྒྱས་རབས་བཅོ་བརྒྱད་པའི་ནང་རྒྱ་སི་རྒྱ་ཚོས་ཀྱི་འབྱུང་གནས་སོགས་ཡུལ་འདིར་
ཐེབས་ནས་ཞང་བོད་ཀྱི་ཚོས་དང་རིག་གནས་དར་སྤེལ་གཏོང་སའི་སྤྱི་ལས་ཀྱི་
ཡུལ་གྱི་གཙོ་བོ་ཞིག་རེད། ཡོ་རྒྱས་ཐོག་རྒྱ་བོད་ཀྱི་མཐུན་པ་མང་པོ་ཞིག་འབྱུངས་
ཡུལ་རྒྱལ་མོ་རྩོང་ནས་ཡིན་པ་དཔེར་ན། བོད་བཅན་པོའི་སྐབས་སུ་སྐད་གྲགས་ཅན་

གྱི་མཁས་པ་རྒྱལ་མོ་གཡུ་སྤྲེལ་དོ། རུས་རབས་བཅུ་བཞི་པ་ཚུན་ཆད་ནས་བོན་གྱི་མཉམ་མེད་ཤེས་རབ་རྒྱལ་མཆོན། རོང་སྟོན་སྤྲེལ་བའི་སེང་གོ། ཚ་ཁོ་རག་དབང་གྲགས་པ་སོགས་དང་། རི་བོ་དགེ་ལྡན་པའི་མཁས་པའི་ཡང་ཅེའི་བྲི་ལ་འཛེགས་མཁན་གྱི་དགའ་ལྡན་བྲི་ཐོག་རེ་གཉིས་པ་སྟོ་བཟང་སྟོན་ལམ་ནས་བཟུང་བྲི་ཐོག་བདུན་བྱེད་ཡོད་པ་སོགས་ནི་ཤར་རྒྱལ་མོ་རོང་འདིར་བོད་གྱི་མཁས་པ་འབྱུང་བའི་ས་གནས་ཤིག་ཆགས་ཡོད། དེ་བཞིན་རུ་དེར་གི་རུས་རྒྱལ་རོང་གི་མཁས་པ་ཆེན་མོ། བཅོན་ལྷ་རྩོད་བཀྲ་ཤིས་སེང་གོ་དགོན་པའི་ཆོས་སྤྱིང་སྤྱུལ་སྤྱེའི་བཞི་པ། རྩོ་རུབ་མི་རིགས་སྟོབ་སྤྱ་ཆེན་མོའི་སྟོབ་དཔོན་ཆེན་མོ་སྤྱ་ཞབས་བཅོན་ལྷ་རག་དབང་མཆོག་ད་ལྟ་དགུང་ལོ་གོ་གསུམ་ལ་ཐེབས་ཡོད་ཀྱང་ད་རུང་བོད་གྱི་རིག་གཞུང་དང་། ལྷག་པར་རུ་རྒྱལ་རོང་གི་ཡུལ་སྐད་སྐོར་ལ་ཞིབ་འཇུག་གནང་ལུས་འདི་རེད།

བོད་གྱི་ལོ་རྒྱུས་དང་། བོད་ཡིག་འཕེལ་རིམ་གྱི་ལོ་རྒྱུས་མི་ཤེས་མཁན་མི་རིགས་གཞན་པའི་སྐད་བརྒྱུད་རིག་པ་ཞིབ་འཇུག་མཁན་ཁག་གཅིག་གིས་མིག་སྔར་གྱི་སྤྱ་གདངས་ཁོ་ན་ལ་བརྟག་ནས་རྒྱལ་རོང་ཡུལ་སྐད་དེ་བོད་སྐད་མིན་པ་བཤད་མཁན་རྒྱལ་སྤྱི་ནང་གཉིས་ཀ་ལ་མི་འགའ་ཞིག་ཡོད་པ་མ་ཟད། རྒྱལ་རོང་བ་རང་གི་ཡུལ་རུའང་། དེད་རྒྱལ་རོང་བ་ལ་སྐད་ཡོད་ཀྱང་ཡི་གེ་མེད་ཅིས་ཟེར་མཁན་ཡང་འགའ་ཞིག་བྱུང་ཡོད་པ་ནི། རང་གིས་བོད་ཡིག་མི་ཤེས་པ་རྒྱ་མཆོན་རུ་བཟུང་ནས་རྒྱལ་རོང་བ་ལ་ཡི་གེ་མེད་ཅིས་ཟེར་བ་ཅམ་ལས་ཁྱདས་ཁྱད་གཞན་གང་ཡང་མེད། དེར་རུས་རྒྱལ་རོང་བའི་ནང་རུ་བོད་ཡིག་འབྲི་སྟོག་ཤེས་མཁན་དེ་རོང་བྲག་རྩོད་དང་། འབར་ཁམས་རྩོད་གི་འབངས་མི་ཉུང་ཤས་ཅམ་ལས་མེད་པ་འདི་ནི། རྒྱ་ཆེན་རྩོད་ལ་སོགས་པའི་རྒྱལ་རོང་བའི་རྩོད་ཁག་གཞན་དག་གི་ནང་རུ་སྟོབ་རྒྱུང་ནས་བཟུང་བོད་ཡིག་སྤྱང་སའི་གནས་མེད་པས་ན་ཁོ་ཆོས་བོད་ཡིག་མི་ཤེས་པར་ཆགས་པ་རེད། རྒྱལ་རོང་བའི་མཁས་པ་ཆེན་མོ་སྤྱ་རོ་བཅོན་ལྷ་རག་དབང་མཆོག་གིས་གསུངས་པ་ལྟར་ན། རྒྱལ་རོང་ཡུལ་སྐད་འདི་བོད་སྐད་ཡིན་པ་མ་ཟད་གནའ་བོའི་བོད་སྐད་ཀྱི་རྣམ་པ་སྟོན་བྱུང་བའི་འགྱུར་རྩོ་

གསོན་པོ་（嘉绒方言是古代藏语的活化石）ཞིག་ཡིན་ཞེས། ཐེན་ཅིང་ནན་ཁའི་སློབ་ལྷ་ཆེན་མོའི་སྐད་ཡིག་བཀོ་སྤྱིང་གི་ཚོགས་འདུའི་ཐོག་གསུངས་སོང་།

འཇམ་སྤྱིང་རྒྱལ་ཁབ་ཁག་དང་མི་རིགས་ཁག་གི་བརྒྱ་སྤྱིང་རིག་པ་ལ་ཞིབ་འཇུག་གི་ལས་ཀ་དང་གྲུབ་འབྲས་དབྱར་མཚོ་ལྟར་རྒྱས་པའི་སྐབས་འདིར། ང་ཚོ་པོད་ཀྱི་བརྒྱ་སྤྱིང་རིག་པའི་གཞུང་ལུགས་ཞིབ་འཇུག་དང་འཕེལ་རྒྱས་རྗེ་གུད་དང་རྗེ་ཉམ་རུ་འགོ་བཞིན་པ་ནི་དངོས་ཡོད་གནས་ཚུལ་ཞིག་རེད། དེའི་རྒྱ་མཚན་གཙོ་བོ་ནི། མི་རིགས་སློབ་ལྷ་ཆེན་མོ་ཁག་གི་ནང་རུ་སྤྱི་ཚོགས་དག་གསུམ་གྱི་གལ་ཆེ་བའི་རང་བཞིན་མི་ཤེས་པའི་འགོ་ཁྲིད་ཚོས་སྤྱི་ཚོགས་དག་གསུམ་གྱི་སློབ་ཚན་ཉུང་རུ་བཏང་བ་དང་། འབྲམ་རམས་པ་དང་། རབ་འབྲམས་པའི་ཆེད་སྤྱིང་གི་སྤྱི་ཚོགས་ནང་རུ་པོད་ཀྱི་སྐད་བརྒྱ་སྤྱིང་གི་མཛུབ་སྟོན་དག་ཆན་དགོན་པ་བཅས་ཀྱིས་གནད་དོན་ལ་ཐུག་ཡོད། རྒྱ་མཚན་དེའི་རྒྱུ་ལྡན་དེང་རུས་ལས་རིགས་ཁག་གི་པོད་ཡིག་ལས་ཀ་བྱེད་མཁན་རྣམས་ལ་ཡིག་ཞོར་རྗེ་མང་རུ་འགོ་བའི་རྒྱ་མཚན་ཡང་གནད་དོན་འདི་ལ་ཐུག་ཡོད། བརྒྱ་སྤྱིང་རིག་པ་ཞིབ་འཇུག་གི་ལས་ཀ་མིག་སྒར་ང་ཚོས་ཁ་ཆར་དགོས་གཏུགས་ཀྱི་མིག་དཔེ་དང་སློབ་སྦྱོང་བྱ་དགོས་པ་ནི་རྒྱ་སྐད་ཀྱི་བརྒྱ་སྤྱིང་རིག་པ་ཞིབ་འཇུག་བྱེད་ཚུལ་འདི་རེད། གནའ་བོའི་རུས་སུ་རྒྱ་སྐད་ལ་བརྒྱ་སྤྱིང་རིག་པའི་གཞུང་མེད་ཀྱང་སྤྱི་ལོའི་རུས་རབས་བཅུ་དྲུག་པ་དང་ཉི་ཤུའི་ནང་རུ་རྒྱ་རིགས་མཁས་པ་ཚོས་ཡོ་རོབ་ཀྱི་དབྱིན་རི་དང་། བ་རན་སིའི་སྐད་ཡིག་སོགས་ལ་དཔེར་བལྟས་ནས་དེང་རབས་རྒྱ་སྐད་ཀྱི་བརྒྱ་སྤྱིང་རིག་པ་གསར་རུ་བཟོས་ཏེ་བེད་སྤྱིང་བྱས་པར་བརྟེན། དེང་རུས་རྒྱའི་སྐད་ཡིག་གི་བརྒྱ་སྤྱིང་རིག་པ་དེ་འཇམ་སྤྱིང་གི་བརྒྱ་སྤྱིང་རིག་པའི་གཞུང་ལུགས་དང་གོམ་པ་མཉམ་སྦྲེད་བྱེད་ཐུབ་པར་ཆགས་ཟིན། ང་ཚོས་ངེས་པར་རུ་རྒྱའི་སྐད་ཡིག་གི་བརྒྱ་སྤྱིང་རིག་པའི་གཞུང་ལུགས་འཕེལ་རྒྱས་གཏོང་ཚུལ་ལ་སློབ་སྦྱོང་བྱེད་དགོས་ངེས་ཤིག་རེད།

མདོར་བཅུས་ན། སྤྱིང་ཡང་ཡུལ་སྐད་བསྐྱར་རུ་དབྱེ་བ་ལ། དཔེར་གྱིང་སྤྱིང་ཞིག་ལ་མཚན་ན། ཚ་བ་དང་སྤྱིང་པོ་ལྟ་བུ་རྒྱལ་ཁོང་ཡུལ་སྐད། ཡལ་ག་དང་ལོ་

མ་ལྷ་བྱ་མདོ་ཁམས། དྲགས་ཀོང་། ལྷོ་མོན་འབྲུག་འབྲས། མངའ་རིས་ལ་དྲགས་
བཅས་གྱི་ཡུལ་སྐད། མེ་རྟག་དང་འབྲས་བྱ་ལྷ་བྱ་དེ་དབྱུག་གཙང་གི་ཡུལ་སྐད་
ཡིན་དགོས། བོད་གྱི་སྐད་ཡིག་ལ་རྒྱས་གྱི་རྒྱབ་སྒྲོངས་མི་ཤེས་མཁན་ཞིག་གིས་
བལྟས་ན། ཤིང་སྤྱང་རྩེཾ་པོ་མ་མཐོང་པ་ཆ་ཤས་ཁོ་ན་མཐོང་བ་ཅེས་གྱིས་ཤིང་
སྤྱང་ཅེཾ་མེ་རྟག་དང་། རྩ་བ་ས་ལ་བྱུགས་པ་དེ་གཉིས་རྩམ་པ་རྩ་བ་མི་འདྲ་
སྟབས། འབྲེལ་མེད་སོ་སོ་བ་ཡིན་པར་ངོས་འཛིན་ཡང་། རིག་གནས་ལ་རྒྱས་རྒྱབ་
སྒྲོངས་ཤེས་མཁན་ཞིག་གིས་བལྟས་ན། ཤིང་སྤྱང་གི་རྩ་བ་དང་། སྤྱང་པོཾ་ཅེཾ་
མེ་རྟག་དང་འབྲས་བྱ་འདི་དག་ནི་དེ་ལས་དེ་བྱུང་གི་འབྲེལ་བ་བྱུང་ཡོད་པ་རང་
དྲགས་གྱིས་ཤེས་ཐུབ། །



ཤིང་སྤྱང་རྩེཾ་པོ་མ་མཐོང་པ་ཆ་ཤས་ཁོ་ན་མཐོང་བ་ཅེས་གྱིས་ཤིང་

ལྷོ་མོན་འབྲུག་འབྲས། མངའ་རིས་ལ་དྲགས་

བཅས་གྱི་ཡུལ་སྐད། མེ་རྟག་དང་འབྲས་བྱ་ལྷ་བྱ་

དེ་དབྱུག་གཙང་གི་ཡུལ་སྐད་

ཤིང་སྤྱང་རྩེཾ་པོ་མ་མཐོང་པ་ཆ་ཤས་ཁོ་ན་མཐོང་བ་ཅེས་

གྱིས་ཤིང་སྤྱང་ཅེཾ་མེ་རྟག་དང་། རྩ་བ་ས་ལ་བྱུགས་པ་དེ་

དབྱེད་གཞིའི་ཡིག་ཆ།

ཚུལ་པ་པོ།	དཔེ་མིང་།	དཔེ་སྐྱུན་ཁང་།	ཏུས་ཚེད།
མི་རྒྱ་ཚོས་འབྱུང་།	མི་རྒྱའི་འགྲེལ་ཆེན།	དཔལ་ལྷན་པའི་ཤིང་སྒར།	
ས་སྐྱ་བསོད་ནམས་ཅེ་མོ།	བྱིས་བ་བདེ་འཇུག	མེ་དཔེའི་ཤིང་སྒར།	
མྱི་ཉི།	མྱི་སྐོ་མཚན་ཆ།	མི་རིགས་དཔེ་སྐྱུན་ཁང་།	1980
ཞི་ཆེན་རྒྱལ་ཚབ།	སློ་གསལ་མཁུལ་རྒྱན།	དབྱེད་མིང་ལག་བྲིས།	
王希杰	语言学百题	上海教育出版社	1983
戴庆厦	社会语言学教程	中央民族大学出版社	1993
多尔吉	道孚语	中国藏学出版社	1998
胡坦等	藏缅语新论	中央民族大学出版社	1994
李如龙主编	汉语方言论文集	商务印书馆	2014
བཅའ་ལྷ་ངག་དབང་ སོགས།	嘉绒藏族历史文化丛书 (共十本)	མི་ཁྲོན་མི་རིགས་དཔེ་སྐྱུན་ཁང་།	2005
李如龙	汉语方言概论	商务印书馆	2009

ཞེས་ཐེན་ཅིན་ནན་ཁའི་སློབ་གྲྭ་ཆེན་མོའི་ནང་དུ་སྐད་བརྗེ་རིག་པའི་ཚོགས་འདུའི་ཐོག་དུ་བོད་
ཀྱི་སྐད་ཡིག་མི་ཤེས་པའི་བརྗེ་སྐད་ཞིབ་འཇུག་པ་ཞིག་གིས་ཤར་རྒྱལ་མོ་རྩོད་པའི་སྐད་དེ་བོད་
སྐད་མིན་ཚུལ་བཤད་པའི་ལན་དུ། ཤར་དཔལ་ལྷན་པའི་བརྗེ་སྐད་སྐྱ་བའི་རྒྱལ་ཁམས་པ་
ཟུབ་བཟུན་ཕུན་ཚོགས་དེས། སྤྱི་ལོ་༢༠༡༢ལོའི་ཟླ་བ་༤པའི་ཚེས་༢༠ཉིན། ཐེན་ཅིན་ནན་ཁའི་སློབ་
གྲྭ་ཆེན་མོའི་ནང་དུ་བྲིས་སོ།

འབྲུལ་སྒྲོན་མཛངས་མི་མི་བདུན་གྱི་ལོ་རྒྱུས་གནད་བཟུས།

2017.10.24

གཅིག །མཛངས་སྒྲོན་དང་པོ་རུ་ལས་སྒྲིལ་གྱི་མཛད་རྗེས།
 རྒྱལ་པོ་སྤྱ་དེ་གྲུང་རྒྱལ་གྱི།
 མཛངས་སྒྲོན་ཐོག་མ་རུ་ལས་སྒྲིལ།
 སྒྲོན་པའི་གྲགས་པས་ཁོར་ཡུག་བྱུང།
 མཛད་རྗེས་སོལ་བས་གཏེར་རྩི་བཞུས།
 གསེར་དབྱལ་ལ་སོགས་ལྷགས་རིགས་བཏོན།
 མོན་པ་དོར་བཞེབས་ས་ཞིང་བསྐྱེད།
 ཞིང་ལ་རྒྱ་དངས་ལ་ལྷགས་རྒྱས།
 རྒྱ་བོའི་རབ་བཀལ་ཟམ་པ་བཅུགས།
 མགར་དང་ཤིང་བཟོ་ཞིང་ལས་འཕེལ།

སྒྲོན་པོ་རུ་ལས་སྒྲིལ་ནི་མཛངས་སྒྲོན་བདུན་གྱི་དང་པོ་རྟེ། བོད་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་
 དགུ་པ་སྤྱ་དེ་གྲུང་རྒྱལ་གྱི་སྒྲོན་པོ་ཡིན། ཁྱིལ་འོ་རུས་རབས་དང་པོའི་རུས་སྒྲུང་
 ཅམ་ན་སྒྲོན་པོ་འདིས་དམག་དྲངས་ཏེ་ལོ་ངམ་གྱི་སྲིད་དབང་འཕྲོག་སྤྱ་དེ་གྲུང་
 རྒྱལ་སྤྱ་བོའི་ཡུལ་གདན་དྲངས་ཏེ་སྤྱར་ཡང་བོད་ཀྱི་རྒྱལ་སར་བཀོད། སྒྲོན་པོ་
 འདི་ཡིས་སྒོ་རིག་གིས་གསར་གཏོད་མང་པོ་ཞིག་བྱས་ཡོད་པ་ནི། ཤིང་བསྐྱེགས་
 ཏེ་སོལ་བ་བཟོས། སོལ་བའི་མེ་ཤུགས་ལ་བརྟེན་ནས་གསེར་རྩི་དང་། དབྱལ་
 རྩི། ཟངས་རྩི། ལྷགས་རྩི་ལ་སོགས་པའི་རྩི་རིགས་མི་འདྲ་བ་རྣམས་བཞུས་ཤིང་དེ་
 དག་གི་སྒྲིང་པོ་གསེར། དབྱལ། ཟངས། ལྷགས་རྣམས་བཏོན་ནས་ལྷགས་
 རིགས་ཀྱི་དངོས་པོ་སྤྱ་ལས་འབེལ་པོ་བྱུང་ཡོད་པ། དེས་བོད་ཀྱི་ཡུལ་རུ་གསེར་
 དབྱལ་ཟངས་ལྷགས་ཀྱི་དངོས་པོ་རྣམས་བེད་སྤྱོད་བྱ་རྒྱུའི་གྲངས་འབོར་དང་རྒྱ་

ཁྱོད་ཆེས་ཆེར་ཕྱིན་ཏེ། དངོས་མཁས་བརྗེ་ལེན་སྐབས་ཀྱི་རིན་ཐང་འངལ་བྱེད་
 དང་། མཛོས་བྱེད་ཀྱི་རྒྱན་ཆ། ཉེར་མཁོའི་སྡོད་སྡུད། ཐོན་སྐྱེད་ལག་ཆ། རྒྱ་
 བོའི་མཚན་ཆ་སོགས་ཐོད་འབངས་ཀྱི་འཚོ་བའི་ཡོ་བྱེད་ནམས་ཡར་རྒྱས་སྤྱིན་པའི་
 རྒྱས་རབས་གསར་པ་ཞིག་རྒྱ་སྤྱོད་པ་རེད། སྐབས་འདིར་ཁིང་ལས་ཡར་རྒྱས་
 བྱུང་ཡོད་པར་སྤར་ཀྱི་མི་སོ་སོས་ས་ཁིང་བརྗོད་སྤྱོད་བྱེད་པ་དང་། མཛོ་གཡག་ཁེ་
 རྒྱུད་གིས་ས་ཁིང་ཚོ་བའི་ཐབས་དེ་ལས་བཀལ་ཏེ། གཉའ་ཤིང་དང་ཐོང་གཤོལ་
 གསར་རྒྱ་བཟོས་ཏེ། མཛོ་དོར་བཞེབས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་ས་ཁིང་ཚོ་བའི་སྤོལ་
 གཏོད་པས་སྤར་ལས་ཚོ་མཐོགས་པ་དང་། ཚོས་པའི་ཁིང་རྒྱ་ཆེར་བསྐྱེད་ནས་
 འབྲུ་རིགས་ཀྱི་ཐོན་མཁས་ལ་ཡར་སྐྱེད་ཆེན་པོ་བྱུང་ཡོད། སྐབས་དེར་འགྲིམས་
 འབྲུལ་ཡར་ཐོན་བྱུང་ཡོད་པ་ནི། ཐོད་ཀྱི་ས་མཐོ་རི་གཟར་ཡར་སྐྱུང་གཙང་པོ་ལ་
 སོགས་གཙང་པོ་ནམས་དང་། མ་ཆུ་འབྲི་ཆུ་ལ་སོགས་ཆུ་པོ་ཆེན་པོ་ནམས་ཀྱི་
 འབྲུང་ཁུངས་ཡིན་སྐབས་རི་སྐྱངས་ལ་ཆུ་པོ་དང་ཆུ་ཕྲན་མང་པོ་གཞུར་ཁིང་ཡོད་
 པས་མི་ནམས་ཡུལ་ལུང་ཕན་ཚུན་བཟོད་འགྲོས་ཀྱི་སྐབས་སུ་ཆུ་པོ་ཐང་ཀར་
 བཀལ་དཀའ་ཁིང་རི་ལུང་མང་པོ་བསྐོར་ནས་འགོ་དགོས་པའི་སྤར་ཚུལ་དེ་ལ་
 སློན་པོ་འདི་ཡིས་སློ་རིག་གི་རྩལ་ལས་ཐོན་པའི་ཆུ་ལ་ཟམ་པ་བཅུགས་པའི་སྤོལ་
 གཏོད། དེ་ནས་བཟུང་ཐོད་ཀྱི་ཆུ་པོ་དང་ཆུ་ཕྲན་ནམས་ལ་ཟམ་པ་མང་པོ་
 བཅུགས་པས་སྤེ་ཤོག་ཕན་ཚུན་དང་། ཁྱོད་པ་ཕན་ཚུན་བར་ལ་བཟོད་འགྲོས་
 སྐབས་བདེ་བར་བྱུང་ཡོད་དེ། 《ཆོས་འབྱུང་མཁས་པའི་དགའ་སྟོན་》 ལས།
 “ཐོད་ཡུལ་འབྲུལ་སློན་མཛངས་པའི་མི་བརྟན་གྱི། ཤོག་མར་གྱུར་པ་རྩ་ལས་
 སྐྱེས་འདི་ཡིན། མཛངས་པའི་ལས་སུ་ཤིང་བསྐྱེགས་སོལ་བ་བྱུང་། ཉེ་ཡིས་རྩོ་
 བཞུ་གསེར་དརུལ་ཟངས་ལྷགས་སྤུང་། ཤིང་ལ་མིག་སྤྱག་གཤོལ་དང་གཉའ་ཤིང་
 བྱས། ལ་གཞི་བརྗོད་ནས་སུ་ཆུ་ཡུར་རྒྱ་དངས། ཁྱོན་པ་དོར་བཞེབས་སྤར་ཐང་
 ཁིང་རྒྱ་ཚོས། བཀལ་བས་མི་ཐར་ཆུ་ལ་ཟམ་པ་བཅུགས། ཁྱོས་པའི་ལོ་རྟག་ཐོག་
 མར་འདི་ནས་བྱུང་།” ཞེས་གསུངས་སོ། །

༩ བསྐྱར་སྤྱོད་དང་བསམ་གཞིགས།

༡ རྩ་ལས་སྤྱོད་འདི་རྩལ་རབས་གང་གི་སློན་པོ་དང་། ཁྱི་ལོའི་རྩལ་རབས་གང་གི་མི་ཡིན།

༢ མཛེངས་མི་འདིའི་མཛེད་རྒྱུ་གཙོ་བོ་གང་ཡིན།

༣ མཛེངས་མི་འདིའི་ལོ་རྒྱུས་ཡིག་ཆ་ཁྱུངས་གང་ལས་བརྒྱུས།



གཞིས། མཛེངས་སློན་གཞིས་པ་ལྟ་བུ་མགོ་དཀར་གྱི་མཛེད་རྒྱུ་

རྩལ་པོ་ཨོ་ཤོ་ལེགས་ཀྱི་སྐབས། །

མཛེངས་སློན་ལྟ་བུ་མགོ་དཀར་གྱིས། །

ཞིང་འཕྲོག་དབྱ་ཁལ་ཞིབ་རྩ་བཀོད། །

ས་ཞིང་རྫོང་ལྷགས་འབངས་ལ་དབང་། །

འབངས་ཀྱིས་དབྱ་ཁལ་དཔོན་ལ་འཇལ། །

བྱིས་ཀྱི་བྱ་གཞིག་འབངས་སུ་བསྐྱར། །

སློན་པོ་ལྟ་བུ་མགོ་དཀར་ནི། ཁྱི་ལོའི་རྩལ་རབས་དང་པོའི་རྩལ་མཁུག་རྩ་
བྱུང་བའི་པོད་ཀྱི་རྩལ་རབས་བརྩ་པ་ཨོ་ཤོ་ལེགས་ཀྱི་སློན་པོ་དང་། མཛེངས་སློན་

བདུན་གྱི་གཉིས་པ་ཡིན། སྐབས་འདིར་ཐོད་ཀྱི་ཆབ་སྲིད་ལ་འགྱུར་བ་ཆེན་པོ་
 ཞིག་བྱུང་ཞིང་། རྒྱལ་པོའི་མངའ་འོག་གི་རོང་ཁུལ་གྱི་འབངས་མི་རྣམས་ཀྱིས་
 བདག་ཏུ་བཟུང་བའི་ས་ཁོང་ལ་【ཁོང་ལ་དོར་ཅིས་】ཞེས་པའི་འབྲུ་ཁུལ་བསྐོས་པ་
 དང་། འཕྲོག་ཁུལ་གྱི་འབངས་མི་རྣམས་ལ་ཡོད་པའི་ཁོར་ཕྱགས་ཀྱི་བཞོན་གྲངས་
 དང་བསྐྱན་པའི་【འཕྲོག་ལ་ཐུལ་ཅིས་】ཞེས་པའི་ཤེ་ཁུལ་བསྐོས་ཡོད་པ་ནི། རྒྱལ་
 འབངས་འབྲེལ་བའི་བཀའ་བཀོད་རྒྱུན་འཛིན་གྱི་ལམ་ལུགས་ཆ་ཡོངས་སུ་ཆང་བ་
 ཞིག་དར་སྤོལ་བྱུང་ཡོད། དེའང་ཁོང་ལ་དོར་ཅིས་ཞེས་པ། མཛོ་དོར་གཅིག་
 གིས་ཉེན་ཚུལ་གྱི་ས་ཁོང་ལ་འབྲུ་ཁུལ་གྱི་རི་ཅམ་འཇལ་དགོས་པ་གཏན་འབེབས་
 བྱས་པ་དང་། འཕྲོག་ལ་ཐུལ་ཅིས་ཞེས་པ། འབྲི་བཞོན་མའི་གྲངས་དང་བསྐྱན་
 བས་ཤེ་བབ་གྱི་ཁུལ་གཏན་འབེབས་བྱས་པ་ལ་ཟེར། ཁོང་པས་འབྲུ་ཁུལ་འཇལ་
 བའི་ལྷག་མ་དང་། འཕྲོག་པས་ཤེ་ཁུལ་འཇལ་བའི་ལྷག་མ་རྣམས་ཁོ་རང་ཚོ་
 སྤོར་ལ་དབང་བའི་ཁོར་ཇུས་སུ་གྱུར་པ་རེད། ཤེ་འབངས་ལ་དབྱལ་ཁུལ་བསྐོས་
 པ་འདི་ནི་སྐབས་དེར་སྤྱི་ཚུགས་གནས་སྐབས་ཀྱི་ཁྲིམས་སྤོལ་ཡོངས་སུ་ཆགས་
 ཐུབ་པ་བྱུང་ཡོད་པ་དང་། རྒྱལ་འབངས་བར་འབྲེལ་བ་བརྟན་པོར་ཆགས་ཡོད་
 པ། རྒྱལ་པོའི་མངའ་ཁོངས་སུ་ཁོང་འཕྲོག་གི་སོ་རྣམ་དར་རྒྱས་བྱུང་ཡོད་པ་
 བཅས་སྤྱི་ཚུགས་ཡར་རྒྱས་བྱུང་ཡོད་པའི་རྟགས་མཚན་གལ་ཆེ་ཤོས་ཤིག་ཡིན། །

《ཚོས་འབྲུང་མཁས་པའི་དགའ་སྟོན་》ལས།

ལེགས་དྲུག་ཐོག་མ་ཨི་ཤོ་ལེགས་ཅིས་བྲ། །

དེ་ཡི་སྟོན་པོ་ལྟ་བུ་མགོ་དཀར་ཞེས། །

ཁུ་ཁུ་རུ་ལས་སྐྱེས་ཀྱི་བུ་ཡིས་བྲས། །

འཕྲུལ་སྟོན་མཛངས་མི་བདུན་གྱི་གཉིས་པ་ཡིན། །

མཛངས་པའི་ལས་སུ་ཁོང་ལ་དོར་ཁ་བཅིས། །

འཕྲོག་ལ་ཐུལ་ཅིས་ཐུ་རྒྱུ་རུ་བྱངས། །

མདའ་རུ་རྒྱ་མ་ཚོ་བ་འདི་ནས་དར། །

ཞེས་གསུངས་སོ། །

༥ བསྐྱར་སྤྱོད་དང་བསམ་གཞིགས།

༡ ལྷ་བྱ་མགོ་དཀར་འདི་རྒྱལ་རབས་གང་གི་སློན་པོ་དང་། ཁྱིམ་འདི་རྒྱལ་རབས་གང་གི་མི་ཡིན།

༢ མཛེངས་མི་འདིའི་མཛེད་རྒྱུ་གཙོ་པོ་གང་ཡིན།

༣ མཛེངས་མིའི་འདིའི་ལོ་རྒྱུས་ཡིག་ཆ་ཁྱུངས་གང་ལས་བཏུས།



གསུམ། མཛེངས་སློན་གསུམ་པ་མོང་བྱི་རོར་སྒྲུང་བཅུན་གྱི་མཛེད་རྒྱུ།

རྒྱལ་པོ་སྒྲུག་རི་གཉན་གཟིགས་གྱི།

མཛེངས་སློན་བྱི་རོར་སྒྲུང་བཅུན་གྱིས།

བྱེ་སྤྱང་ལེགས་བཅོས་ཆོང་ལས་དང་།

རོང་འབྲོག་བར་གྱི་འབྲེལ་འདྲིས་འཕེལ།

རྒྱལ་འདིར་ཆོང་ལས་ཆད་མཐུན་བྱུང་།

སློན་པོ་མོང་བྱི་རོར་སྒྲུང་བཅུན་ནི། ཁྱིམ་འདི་རྒྱལ་རབས་རྒྱལ་པོའི་རྒྱལ་དཀྱིལ་

ཅམ་བྱུང་བའི་རྒྱལ་རབས་སོ་གཅིག་པ་སྒྲུག་རི་གཉན་གཟིགས་གྱི་སློན་པོ་དང་།

པོད་གྱི་མཛེངས་སློན་གསུམ་པ་ཡིན། སྐབས་འདི་རྒྱལ་པོ་སྒྲུག་རི་གཉན་གཟིགས་

གྱིས་སྤར་སྤྱ་རྒྱལ་བཅན་པོའི་སྐབས་གྱི་སྤྱི་དབང་ཉམས་བྱུང་གིས་འཕྲོར་ཞིག་

སྤྱན་པ་རྒྱལ་མངའ་དབང་བསྐྱར་གསོ་དང་། རྒྱལ་ཕྱན་རྒྱལ་སྤྱར་ཡང་མངའ་
 ཁོངས་གཅིག་གུར་གྱི་ལས་དོན་ལ་འབད་བཅོན་གནང་བཞིན་པའི་དུས་སྐབས་
 ཤིག་ཡིན། ཁོང་གི་མཛད་ཇེས་གཙོ་བོ་དེ་དངོས་ཇེས་རྒྱལ་མངའ་ཚད་ལ་གཞལ་བྱེད་
 གྱི་བྱེད་དང་། སྤུལ་དང་། སྤང་རྒྱལ་སྤེལ་བཅོས་བྱས་ཤིང་གཅིག་གུར་ཅན་
 གཏན་ལ་ཕབ་ཅིང་། མངའ་འོག་གི་སྡེ་འབངས་རྒྱལ་སྤེལ་འབྱུ་བྱལ་དང་། མར་
 བྱལ་རྒྱལ་སྤྱི་ཚད་གཞི་གཅིག་གུར་བྱས་པ་དང་། ཁོང་པའི་ས་བྱལ་ནས་ཐོན་
 པའི་འབྱུ་རིགས་རྒྱལ་སྤེལ་འཇལ་བ་དང་། འབྲོག་པའི་ས་བྱལ་ནས་ཐོན་པའི་
 མར་སོགས་སྤང་ལ་འཇལ་ནས་གོང་གི་དཔོན་རིགས་ལ་བྱལ་མཇལ་བ་དང་།
 འོག་གི་སྡེ་འབངས་ཀྱི་ཚོང་ཇེས་བཞེ་ལེན་གྱི་སྒོལ་གཏོད་པས་བོད་ཡུལ་འདིར་
 ཚོང་རའི་དཔལ་འབྱོར་ཚད་ལྡན་དང་། གཅིག་གུར། དྲང་བདེན། འཕེལ་རྒྱས་ཀྱི་
 ལམ་དུ་བསྐྱོད་པའི་འགོ་ཚུགས། 《ཚོས་འབྱུང་མཁས་པའི་དགའ་སྟོན་》 ལས།
 འདི་དུས་ཁྱི་དོར་སྤང་བཅུན་མོང་གི་བྱས། ཁྱེ་སྤུལ་སྤང་བཅོས་འབྱུ་མར་ཚད་
 གྱིས་བཅལ། དགའ་གཉིས་ཚོང་བྱས་མཐུན་གཉིས་ལ་ལྷང་བསྐྱེབས། དེ་གོང་བོད་
 ན་ཚོང་དང་བྱེ་སྤང་མེད། དེ་ཕྱིར་མཛད་ས་མི་བདུན་གྱི་གསུམ་པར་གྲགས། ཁྱེས་
 གསུངས། ཁྱེས་ཁྱི་དོར་སྤང་བཅུན་དེ་རྒྱལ་པོ་གང་གི་མདུན་སྟོན་ཡིན་པ་དང་།
 མཛད་ཇེས་གཙོ་བོ་གང་ཡིན་འགྲེལ་བཤད་གསལ་པོར་བྱས་ཡོད།

‡ བསྐྱར་སྐྱོད་དང་བསམ་གཞིགས།

༡ མོང་ཁྱི་དོར་སྤང་བཅུན་འདི་བོད་ཀྱི་རྒྱལ་རབས་གང་གི་སྟོན་པོ་དང་། སྤྱི་ལོའི་དུས་རབས་
 གང་གི་མི་ཡིན།

༢ མཛད་ས་མི་འདིའི་མཛད་ཇེས་གཙོ་བོ་གང་ཡིན།

༣ མཛད་ས་མིའི་འདིའི་ལོ་རྒྱུས་ཡིག་ཆ་བྱངས་གང་ལས་བདུས།



བཞི། མཛེངས་སློན་བཞི་པ་ཐུ་མི་སམ་རྩོ་ཏའི་མཛེང་རྩེས།

རྒྱལ་པོ་སྤང་བཅན་སྐམ་པོ་ཡི།

མཛེངས་སློན་བཞི་པ་སམ་རྩོ་ཏ།

རྒྱ་གར་ཐེབས་ཤིང་རྒྱ་སྐད་སྤྱངས།

དམ་ཚུལ་ཐོག་མར་བོད་སྐད་བསྐྱར།

བོད་ཀྱི་བད་སྤྱོད་གསར་ཏུ་བཅམས།

སློན་པོ་ཐུ་མི་སམ་རྩོ་ཏ་ནི། ལྷོ་ལོ་༡༩༥༥པའི་ས་སྐྱལ་ལོར་བོད་ཡུལ་གཡོར་པོ་ཡུལ་

དགའ་ལྡན་ཆོན་གཉལ་གྱི་གོང་ཏུ་སློན་ཆེན་པོ་ཐུ་མི་ཨ་ཁུའི་སྐུ་སྐུ་འབྱུངས།

བོད་ཀྱི་རྒྱལ་རབས་ལོ་གསུམ་པ་སྤང་བཅན་སྐམ་པོའི་སློན་པོ་དང་། མཛེངས་

སློན་བཞི་པ་ཡིན། ཁོང་གི་ཐུན་མིན་གྱི་མཛེང་རྩེས་གཙོ་པོ་བོད་ཀྱི་བད་སྤྱོད་རིག་

པའི་གཞུང་ཐོག་མར་བཅམས་པ་དང་། རྒྱ་གར་གྱི་ནང་ཆོས་རིག་གཞུང་ཐོག་མར་

བོད་སྐད་ཏུ་བསྐྱར་བ་དེ་ཡིན། ལྷོ་ལོ་༡༩༥༥ལོ་ཙམ་ན་རྒྱ་གར་ནས་ཁྱིམ་བོད་ཏུ་

འབྱོར་པ་དང་ལྷ་སའི་སྐུ་མཁར་མ་རུ་ཞེས་བྱ་བ་ད་ལྟའི་ཕ་བོང་ཁ་འདྲིར་བཞུགས་

གནས་བཅས་ཏེ་རྒྱ་གར་ནས་ཁྱིམ་ཡོང་པའི་སྐུན་རས་གཟིགས་ཀྱི་མདོ་རྒྱུད་ཉེར་

གཅིག་ལ་ལོགས་པ་རྒྱ་གཞུང་ནམས་བོད་ཡིག་ཏུ་བསྐྱར་པ་དང་། བོད་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་

དང་། སློན་ཆེན་འགའ་ཞིག་ལ་ལེགས་སྒྱུར་གྱི་སྐད་ཡིག་སློབ་བྲིད་གནང་བར་གསལ། དེ་ནི་ཐོད་ཀྱི་བརྒྱ་ཚུད་རིག་པ་བཙམས་པའི་སློན་འགྲོའི་མཐུན་ཁྲིམ་དང་། ཐོད་འདིར་ནང་པ་སངས་རྒྱས་པའི་ཆོས་དང་རིག་གཞུང་རྣམས་དར་བའི་འགོ་ཚུགས། །འུ་མི་སམ་རྩོུ་ཐོད་ཡིག་གསར་གཏོད་བྱེད་མཁན་ཡིན་མིན་སྐོར་ལ་བན་བོན་གྱི་ཡིག་ཆ་རྣམས་མི་མཐུན་པ་མ་བཟད། འུ་མིས་ཡིག་གེ་གསར་བཟོ་བྱས་ཞེས་པའི་བེར་སློབ་འདི་ཡང་བསྟན་པ་སྤྱི་དར་སྐབས་ཀྱི་ཡིག་ཆ་འགའ་ཞིག་ལ་བྲིས་ཡོད་པ་ནི་ལྟ་སྒྲུང་ལྟ་བུ་ཞིག་མཐོང་། 《ཆོས་འབྱུང་མཁས་པའི་དགའ་སྟོན་》ལས་ཀྱང་མཛངས་སློན་བཞི་པའི་མཛད་རྗེས་ནང་དུ། “འུ་མིས་ཐོད་ཡིག་ཐོག་མ་མཛད་པའི་ཕྱིར། ཐོད་ཐུག་མཛངས་མི་བདུན་གྱི་བཞི་པར་གྲགས།” ཞེས་པ་ཅུམ་ལས་མཛངས་སློན་གཞན་རྣམས་ཀྱི་མཛད་རྗེས་ལྟར་ཏུ་ཅང་གསལ་བཤད་དང་རྒྱས་བཤད་ཀྱང་གནང་མི་འདུག །སྐབས་འདིར་ཁོང་གི་མཛད་རྗེས་གཙོ་བོ་ལོ་རྒྱུས་ཡོངས་གྲགས་ལྟར། ཁོང་རྒྱ་གར་ལ་ཐེབས་ནས་རྒྱ་གར་གྱི་སྐད་ཡིག་དང་། རྒྱ་གར་གྱི་བརྒྱ་ཚུད་རིག་པ་ལ་སྒྱུར་སྤྱོད་བྱེད་ཐེབས་ནས་ཕྱ་ཁི་པའི་བརྒྱ་ཚུད་སྐབས་བརྒྱད་ཅེས་པ་ཞིག་ཐོད་ཡིག་དུ་བསྒྱུར་ཁིང་འཆད་ཉན་དར་སྤེལ་བཟང་། ཐོད་ཀྱི་བརྒྱ་ཚུད་རིག་པ་གསར་གཏོད་དང་། ནང་ཆོས་ཐོག་མར་ཐོད་སྐད་དུ་བསྒྱུར་པ་དེ་ཡིན། །ཐོད་ཀྱི་བརྒྱ་ཚུད་རིག་པ་ལ་རྗེ་འདི་ཉིད་མཛད་རྗེས་ཏུ་ཅང་ཆེ། རྒྱ་ཡིག་ལ་སོགས་ཀྱང་གོ་མི་རིགས་སོ་སོའི་སྐད་ཡིག་རྣམས་ཀྱི་བརྒྱ་ཚུད་རིག་པ་ལ་ལོ་ལོ་རྒྱུས་བརྒྱ་ཉེ་བ་ཅུམ་ལས་མེད་ཀྱང་། ཐོད་ཡིག་བརྒྱ་ཚུད་རིག་པ་ལ་ཡོངས་གྲགས་སུ་ལོ་རྒྱུས་སྤྱི་དུས་བརྒྱ་ལྟག་གི་ལོ་རྒྱུས་ཡོད་པ་རེད། །

༥ བསྐྱར་སྤྱོད་དང་བསམ་གཞིགས།

- ༡ འུ་མི་སམ་རྩོུ་ཐོད་འདི་རྒྱལ་རབས་གང་གི་སློན་པོ་དང་། སྤྱི་ལོའི་དུས་རབས་གང་གི་མི་ཡིན།
- ༢ མཛངས་མི་འདིའི་མཛད་རྗེས་གཙོ་བོ་གང་ཡིན།
- ༣ མཛངས་མིའི་འདིའི་ལོ་རྒྱུས་ཡིག་ཆ་ཁྱད་སྤངས་གང་ལས་བདུན།



ལྷ། མཛངས་སྟོན་ལྷ་པ་སྟགས་གི་བྲི་བཟང་ཡང་སྟོན་གི་མཛང་རྗེས།

སྟགས་གི་བྲི་བཟང་ཡང་སྟོན་ནི། །

འཕྲུལ་སྟོན་མཛངས་མི་ལྷ་པ་སྟེ། །

རྒྱལ་པོ་སྟོང་བཅན་སྐམ་པོཾ་སྐབས། །

དགུང་སྟོན་ཆེ་བཞིཾ་ཡ་གྲལ་ཡིན། །

རི་ཡི་ཁེར་རུད་སྤངས་སྟུ་ཕབ། །

པོད་གི་སྟོང་སྟེ་གསར་རུ་བཅས། །

སྟུ་སར་སྟོང་བྲིར་སྟོག་མར་ཆགས། །

སྟོན་པོ་སྟགས་གི་བྲི་བཟང་ཡང་སྟོན་ནི། ཁྱིཾ་ལོཾ་རུས་རབས་བརྟན་པཾ་སྟོང་
ཅམ་རུ་ཆོས་རྒྱལ་སྟོང་བཅན་སྐམ་པོཾ་སྐབས་གི་སྟོན་ཆེན་ཞིག་དང་། འཕྲུལ་
སྟོན་མཛངས་མི་བརྟན་གི་ལྷ་པ་ཡིན། ཁོང་གི་མཛང་རྗེས་གཙོ་བོ་སྟུ་ས་གཙོས་
པཾ་པོད་གི་སྤངས་གཤིས་རྣམས་སྟུ་སྟོང་དང་སྟོང་བྲིར་གསར་རུ་འཛུགས་སྟོན་
བྱས་པ་རེད། རུས་དེར་པོད་གི་རི་ལུང་ཁག་རུ་འཆོ་སྟོང་བྱས་པཾ་མི་ཆང་རྣམས་
སྟོན་རུ་བསྟུས་ཤིང་། ས་སྟོགས་གཅིག་རུ་འཆོགས་ཏེ་སྤངས་ཐང་རུ་ཁང་པ་
བཅིགས། སྟོང་དང་སྟོང་བྲིར་གི་རྣམ་པ་གསར་རུ་བཅུགས་པ་རེད། །

ལུ་མི་སམ་རྩོ་ཏ་དང་སྒྲགས་ཀྱི་བཟང་ཡང་སྟོན་གཉིས་ཀ་ཚོས་རྒྱལ་སྤྱིར་བཅན་
 སྐམ་པོའི་སྟོན་པོ་ཡིན་པ་མ་ཟད་དེ་གཉིས་ཀ་མེད་ཐབས་མེད་པའི་སྟོན་བཞིའི་ཡ་
 གྲལ་རེ་ཡིན་པ་འདྲ་ན་འདྲ་། ལུ་མི་སམ་རྩོ་ཏ་མཛེས་མི་བཞི་པ་དང་། སྟོན་
 ཚེན་འདི་མཛེས་མི་ལྷ་པ་བཞག་དགོས་པའི་རྒྱ་མཚན་གང་ཞེ་ན། སྤྱི་ལོ་༥༢༥
 ལོར་རྒྱལ་པོ་སྤྱིར་བཅན་སྐམ་པོས་རྒྱལ་སྤྱིར་བཟུང་། སྤྱི་ལོ་༥༣༠ལོ་ཙམ་ན་རྒྱལ་ས་
 ལྷ་སར་སྟོན། དེ་ནས་སྤྱི་ལོ་༥༤༠ལོའི་བར་ཙམ་བོད་བཅན་པོའི་མངའ་ཐང་རྒྱ་
 བསྐྱེད་པའི་སྐབས་ཡིན་པ་དང་། སྤྱི་ལོ་༥༤༠ལོ་ནས་སྤྱི་ལོ་༥༥༠ལོའི་བར་རྒྱལ་པོ་
 སྤྱིར་བཅན་སྐམ་པོའི་མངའ་ཐང་དར་ཞིང་རྒྱས་པའི་སྤང་ཡིན། །ལུ་མི་སམ་རྩོ་
 ཏས་བོད་ཀྱི་བདེ་སྟོན་རིག་པ་ཚོམ་པའི་སྐབས་སུ་སྤྱི་ལོ་༥༣༥ལོ་ལས་མས་ཙམ་ན་
 ཡིན་སྐབས་སྐབས་འདི་བོད་བཅན་པོའི་རྒྱལ་ཁམས་གཅིག་གུར་བྱེད་བཞིན་པའི་
 སྐབས་ཡིན་པ་དང་། དེའི་སྤྱི་ལོ་ཙམ་ན་ཞང་ཞུང་ལ་སོགས་བོད་ཁམས་ཡོངས་
 རྩོགས་བོད་བཅན་པོའི་མངའ་ཁོངས་སུ་བསྐྱུས་ཤིང་། སྤྱི་ལོ་༥༤༧པའི་ལྷགས་སྤང་
 ལོར་བོད་ཁམས་ཡོངས་ལ་དབང་སྒྱུར་བྱེད་པའི་ཐབས་སུ་བྱིམས་ཡིག་དོན་ཚན་
 སོ་རྒྱལ་གཏན་འབེབས་གནང་། བོད་བཅན་པོའི་མངའ་ཐང་ཡོངས་སུ་དར་བའི་
 སྐབས་སུ་སྟོན་པོ་འདིས་བོད་ཀྱི་རི་ལུང་གི་ཁེར་རུད་རྣམས་སོ་བྱང་པོ་རྒྱ་ལའི་ཉེ་
 སྤོར་རུ་བསྐྱུས་ནས་གྲོང་ཁྱིམ་བཅས་པ་ནི་ལུ་མིས་བདེ་སྟོན་རིག་པ་བཙུམས་པའི་
 རྩོམ་གྱི་བྱ་བ་ཡིན་པས་ན་གོ་རིམ་ཡང་དེ་ལྟར་བཞག་པ་སྟོན་མ་དགོས་པ་རེད། །
 རྒྱལ་པོ་མེས་ཨོག་ཚོམ་གྱི་སྐབས་སུ་ཡང་སྒྲགས་ཀྱི་བཟང་ཡང་སྟོན་ཟེར་བ་ཞིག་
 ཡོད་འདུག་པས་དེ་གཉིས་ལ་འབྲེལ་བ་གང་ཡོད་དཔྱད་འོས་པ་ཞིག་རེད། 《ཚོས་
 འབྱུང་མཁས་པའི་དགའ་སྟོན་》ལས། “མཛེས་པའི་ལས་སུ་རི་བྱིམ་སྤངས་སུ་
 སེམ། །སྟོ་མཐོ་མཁར་རུ་བཙུགས་ནས་གྲོང་ཁྱིམ་བཅས་། འདི་ཡན་བོད་ཀྱི་ཁང་
 བྱིམ་རི་ལ་ཡོད། །དེའི་སྤྱིར་བོད་ཀྱི་མཛེས་མི་ལྷ་པ་ཡིན། །ཞེས་གསལ་བར་
 ལྟར། གནའ་བོའི་རུས་སུ་བོད་ཀྱི་ཡུལ་འདིར་དག་ཆག་གི་གཅོས་པ་མང་པའི་སྟོན་
 ཀྱིས་མི་ཚང་རྣམས་རི་སྤང་དང་། སྤྱག་ཁྱིད། ལ་ཚེ་རྣམས་སུ་བཅན་ས་བཟུང་
 ནས་གནས་གཞི་བཅས་པ་ཤ་སྟག་ཡིན་འདུག །རྒྱལ་པོ་སྤྱིར་བཅན་སྐམ་པོའི་

སྐབས་སུ་པོད་བཅན་པོའི་སྟོབས་ཤུགས་ཏ་ཅང་ཆེ་སྟབས། རྟེ་འབངས་ནམས་
 གྲངས་སུ་བབས་ཏེ་སྟོང་དང་སྟོང་བྱིར་གྱི་གནས་གཞི་གསར་དུ་བཅས་པ་ནི་
 སྐབས་དེར་དག་རྒྱ་རྒྱ་རྒྱ་གསུམ་གྱི་མགོ་མོན་ཞིང་། སྤྱི་ཚགས་གཏན་མེད་དང་
 བདེ་འཇགས་སུ་ཆགས་ཡོད་པའི་ལོ་རྒྱུས་ཤིག་རེད། །

¶ བསྐྱར་སྦྱོང་དང་བསམ་གཞིགས།

༡ སྐྱགས་ཀྱི་བཟང་ཡང་སྟོན་འདི་པོད་གྱི་རྒྱལ་རབས་གང་གི་སྟོན་པོ་དང་། ཁྱིམ་འདི་དུས་
 རབས་གང་གི་མི་ཡིན།

༢ མཛངས་མི་འདིའི་མཛད་རྣམས་གཙོ་བོ་གང་ཡིན།

༣ མཛངས་མིའི་འདིའི་ལོ་རྒྱུས་ཡིག་ཆ་ཁྱད་སྤངས་གང་ལས་བཀུས།



དུག །མཛངས་སྟོན་དུག་པ་མགོས་ཀྱི་བཟང་ཡང་སྟོན་གི་མཛད་རྣམས།

ཀྱི་སྟོང་ཕྱེད་བཅན་ཡང་སྐྱུ་སྐབས། །

མགོས་གྱི་སྟོན་པོ་ཀྱི་བཟང་གིས། །

མས་པར་བྲག་གསོས་བསད་པར་སྟོང་། །

བྱང་བས་སྐལ་མགོ་སྟོན་ནག་ཅས། །

སྟོང་མཇལ་ཞལ་ཕྱེ་ནམ་གསུམ་དང་། །

བྱེ་བྲལ་གཉེན་གྱི་ཞལ་ཕྱེ་ལ། །

ཐེན་བྱང་མཆུ་སྤྱང་གཉིས་སུ་བཅས། །
 སྤྱོད་དང་ཁ་མཆུའི་མདུན་མ་ལ། །
 ཟང་ཡག་སྐད་ཁྲི་ཁ་དམར་གསུམ། །
 ཉིས་སྒྲོན་སྤྱི་རྒྱུ་རྒྱ་བྱང་བཅས། །
 དམངས་ཁྲིམས་བྱང་བྱར་ཆ་དགུ་བཅས། །
 གངས་ཅན་པོད་ལ་འབངས་ཁྲིམས་ཆགས། །

སྒྲོན་པོ་མགོས་ཁྲི་བཟང་ཡབ་ལྷག་ནི། སྤྱི་ལོའི་རུས་རབས་བརྒྱད་པའི་རུས་སྤང་
 ཅམ་ན་བྱང་བའི་རྒྱལ་པོ་ཁྲི་སྤྱོད་ལྷེ་ཕེའུ་བཅན་སྐབས་ཀྱི་སྒྲོན་པོ་དང་། མཛེངས་
 སྒྲོན་རྒྱུག་པ་ཡིན། ཁོང་གི་མཛེད་རྒྱུ་གཙོ་བོ་ནི། དམངས་ཁྲིམས་བྱང་བྱར་ཆ་
 དགུ་གཏན་ལ་ཐབས། བསད་པ་སྤྱོད་གི་ཞལ་ལྷེ་དང་། ཆས་པ་བྲག་གི་ཞལ་ལྷེ་
 སོགས་གསར་རུ་བསྒྲགས་པ་དེ་ཡིན། དེའང་རུས་སྐབས་འདིར་པོད་ཀྱི་སྤྱི་
 དམངས་མན་ཚུན་འབྲུགས་ཚེད་དང་། ཤི་ཆས་མང་པོ་བྱང་བ་དང་། དཔོན་
 འབངས་བར་ལའང་དེ་བཞིན་འབྲུགས་ཚེད་བརྒྱད་ནས་ཤི་ཆས་རྒྱན་མ་ཆད་པར་
 བྱང་ཡོད་པ་དཔེར་ན། རྒྱལ་པོ་ཁྲི་སྤྱོད་ལྷེ་ཕེའུ་བཅན་གྱི་སྤྱི་ལོའི་བ་ལྷ་ཏིག་
 བཅན་པོས་ཞང་སྤྱ་ནམ་པའི་སྤྱི་དགུ་རུ་འིང་པོ་བསད་པ་ལ། སྒྲོན་ཆེན་པོ་
 མགོས་ཀྱན་གྱིས་ཁོང་གི་རིག་རྩལ་ལ་བརྟེན་ནས་དགའ་གསུམ་ཞེས་པའི་ཁྲིམས་
 ཆད་གནང་བ་ལྟ་བུ་རེད། རྒྱལ་པོ་ཁྲི་སྤྱོད་ལྷེ་ཕེའུ་བཅན་གྱི་སྐབས་སུ་པོད་ལ་རྒྱལ་
 འབངས་གོང་འོག་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་བཀའ་ཁྲིམས་ལ་བརྟེན་ཕྱང་ཁྱེ་བའི་སྤྱོད་བཟང་
 ཞིག་ཆགས་ཡོད་ལྟ་བུ། སྒྲོན་ཆེན་པོ་མགོས་ཀྱན་གྱིས་སྤྱི་མགོས་ཁྲི་བཟང་ཡབ་
 ལྷག་གིས་རང་གི་ཡབ་ཀྱིས་དགོངས་པ་དང་། ཡུལ་རུས་ཀྱི་དགོས་མཁོ་བཅས་ལ་
 གཞིར་བཟུང་ནས་བསད་པ་དང་། ཆས་པ་ལ་སྤྱོད་མཛལ་བའི་ཁྲིམས་བྱང་བྱར་
 ཆ་དགུ་ཞེས་པ་གཏན་འབེབས་བྱས་པ་དེས་པོད་ཀྱི་སྤྱི་ཚོགས་བདེ་འཇགས་དང་
 མཐུན་ལམ་ལ་ཐན་ཐོགས་ཆེན་པོ་བྱང་ཡོད། 《ཆོས་འབྱུང་མཁས་པའི་དགའ་
 སྤྱོད་》ལས། “མགོས་ཀྱི་སྒྲོན་ཆེན་ཁྲི་བཟང་ཡབ་ལྷག་གིས། མཛེངས་པའི་ལས་
 སུ་གསོས་ཐང་སྤྱོད་ཐང་བཅད། སྤྱི་རབས་སྒྲོན་པོ་གཡར་བྲལ་རྒྱུང་བར་བྱས། །

ཞེས་གསུངས་སོ། །

དེའི་ཆོ་སློན་ཆེན་མགོས་ཀྱི་སྤྲེལ་མགོས་ཀྱི་བཟང་ཡབ་ལྷག་གིས་སྤར་ཞལ་
ཕྱེ་དང་གསོས་ཐང་སྟོང་ཐང་བྲིགས་སུ་བཅད་པ་ལ་བྲིགས་སུ་བཅད་ནས་བྱང་བྱ་
ཆ་དགུར་བཅོས་ཏེ། མི་སྟོང་སྟགས་གྱི་ཞལ་ལྷའི་རུས་ཤགས་གྱི་མགོ་རྒྱངས་ལ་
ཡིག་ཆངས་སྟོང་ཐང་བདེན་ཡུས་དང་བཅས་བྲིས་ཏེ་སྒྲའི་གར་སྲིད་པ་ལ། ༡ བྱང་
ཟས་ཟེར། དེའི་ལན་གྱི་བྱང་བྱ་ལ། ༢ སྒྲལ་མགོ་ཟེར། ཡང་ལོན་ལ། ༣ སྒྲིག་ནག་
ཟེར་སྟེ་དེ་གསུམ་གསོས་དང་སྟོང་གི་བྱང་བྱའོ། །ཞེས་གསུངས།

གཉེན་བྱེ་བྲལ་གྱི་ཞལ་ཅའི་རུས་སུ་གཉེན་སྒྲེབས་དང་དག་སྒྲེབས་ཇི་ལྟར་བྱང་
བའི་མགོ་རྒྱངས་དང་བཅས་ཐོག་མར་བསྲིངས་པ་ལ། ༤ ཐེན་བྱང་ཟེར། སྟོན་མོལ་
དཀར་མའི་ཞལ་ཅའི་རུས་བསྲིངས་པའི་བྱང་བྱ་ལ། ༥ མཚུ་སྒྱུང་ཟེར་ཏེ་སྒྱིར་སྒྲོ་
ཡུས་གྱི་བྱང་བྱ་ལྟོ། །

སྒྲོ་ཡུས་གྱི་ཤགས་དང་སྒྱུར་ནས་དྲང་པོར་གཅོད་པ་ལ། ༦ ཟང་ཡག་ཟེར།
ཡོན་པོར་གཅོད་པ་ལ། ༧ རྟེན་ཁྱེ་ཟེར། བདེན་རྩལ་གྱི་ཁ་དམར་འདྲོགས་པ་ལ་
བྱང་བྱ། ༨ ཁ་དམར་ཟེར་ཏེ་ཞལ་ཅའི་བྱང་བྱ་གསུམ་མོ། །ཉེས་པའི་སྟོན་ཐམས་
ཅད་བཟང་པོའི་རྒྱས་བཏབ་ནས་བྱང་བར་བྱེད་པ་ལ། ༩ རྒྱ་བྱང་ཟེར་སྟེ་སྒྱིར་རྒྱག་
པའི་བྱང་བྱའོ། །

དེ་ཡང་དགུང་སྟོན་ཆེན་པོ་ནི་འགྲན་གྱི་ཟླ་མེད་དེ་བསད་ན་སྟོང་ཐང་བྲི་ཆིག་སྟོང་། དགུང་
སྟོན་འབྲིང་པོ་དང་ནང་སྟོན་ཆེན་པོ་གཉིས་མཉམ་སྟེ་བྲི། དགུང་སྟོན་རྒྱང་རུ་ནང་སྟོན་འབྲིང་
པོ་བཀའ་ཡོ་གལ་འཆོས་པ་ཆེན་པོ་གསུམ་མཉམ་སྟེ་དགུ་སྟོང་། ནང་སྟོན་ཐ་རྒྱང་དང་བཀའ་
ཡོ་གལ་འཆོས་པ་འབྲིང་མཉམ་སྟེ་བརྒྱད་སྟོང་། བཀའ་སྟོན་རྒྱང་རུ་ལ་བརྟན་སྟོང་དོ། དེ་
བཞིན་རུ་འབངས་ཀྱང་ཐའི་བར་རུ་རིམ་པས་བཅད་དེ་བྲིམས་ཡིག་རུ་བསྐྱེད་པས་སྟོན་པོ་ཕྱི་མ་
ནམས་ལ་ཤིན་རུ་བྲིན་ཆེ་བས་ཐོད་སྒྲུག་མཛངས་པའི་མི་བརྟན་གྱི་རུག་པར་འབྲེན་ནོ། །

ཞེས་གསུངས་སོ། །

༩ བསྐྱར་སྟོང་དང་བསམ་གཞིགས།

༡ མགོས་ཀྱི་བཟང་ཡབ་ལྷག་འདི་བོད་ཀྱི་རྒྱལ་རབས་གང་གི་སྟོན་པོ་དང་། ཁྱིམ་འི་རུས་
རབས་གང་གི་མི་ཡིན།

༡ མཛངས་མི་འདྲིའི་མཛད་རྗེས་གཙོ་བོ་གང་ཡིན།

༢ མཛངས་མིའི་འདྲིའི་ལོ་རྒྱུས་ཡིག་ཆ་ཁུངས་གང་ལས་བཏུས།



བཏུན། མཛངས་མི་བཏུན་པ་གཉེར་སྟག་བཅན་གདོང་གཟིགས།

ཆུལ་པོ་ཟུ་ནེ་བཅན་པོ་སྐབས། །

བོད་ཁམས་ཡོངས་ཀྱི་འབངས་མི་རྣམས། །

དབུལ་སྟག་སྟོམས་པའི་ཐབས་རྒྱས་མཛད། །

འཕུལ་སྟོན་སྟག་བཅན་གདོང་གཟིགས་ཀྱིས། །

ཁོང་དང་གྲོང་གི་འབངས་ཁྱིམ་རྣམས། །

སྟོ་སྟགས་གསོ་བའི་ལས་གཞི་བཏོས། །

དབྱན་གྱི་གཟན་རྩ་དབྱར་རུས་བསྐྱབས། །

དབྱར་གྱི་རྩ་སྟོན་མཛོད་རུ་བསྐྱམས། །

སྟོན་པོ་གཉེར་སྟག་བཅན་གདོང་གཟིགས་ནི། ཆུལ་སྟལ་ཟུ་ནེ་བཅན་པོས་
 བོད་ཁམས་དབུལ་སྟག་ཐངས་གསུམ་སྟོམས་པའི་ཐབས་རྒྱས་མཛད་པའི་སྐབས་
 ཀྱི་སྟོན་པོ་དང་། འཕུལ་སྟོན་མཛངས་མི་བཏུན་པ་ཡིན། ཁོང་གི་མཛད་རྗེས་
 གཙོ་བོ་ནི། གྲོང་གི་འབངས་མི་དབུལ་པོ་རྣམས་ལ་རྟ་རེ། མཛོ་མོ་རེ། བ་

རེ། སྤང་རེ་གནང་སྟེ་གསོ་ཚགས་བྱ་དགོས་པའི་ལས་འགན་བསྐྱོས། སྤང་ཕྱི་ལོ་སྟོ་
ལྷགས་ནམས་གྱི་དགུན་གྱི་གཟན་ཚུ་ཆེད་དུ་དབྱར་དུས་ཚུ་སྟོ་འབྲུ་ཁིང་བསྐྱམས་
གསེད་བྱས་པ་དེ་དག་ཚུ་མཛོད་དུ་ཉར་ཚགས་བྱ་བའི་སྟོལ་གཏོད། །

《ཆོས་འབྱུང་མཁས་པའི་དགའ་སྟོན་》ལས། “སྟག་བཅན་གདོང་གཟིགས་སྟོན་
པོ་གཉེར་གྱི་བྱས། མཛོངས་པའི་ལས་སྟུ་དབྱར་ཙ་དགུན་དུ་བསྐྱམས། །

མཛོངས་མི་བདུན་ལས་ཐ་མ་ཁེས་སྟུ་གྲགས། ཁེས་གསུངས་སོ། །

‡ བསྐྱར་སྟོང་དང་བསམ་གཞིགས།

༡ གཉེར་སྟག་བཅན་གདོང་གཟིགས་འདི་བོད་གྱི་རྒྱལ་རབས་གང་གི་སྟོན་པོ་དང་། ཕྱི་ལོའི་དུས་
རབས་གང་གི་མི་ཡིན།

༢ མཛོངས་མི་འདིའི་མཛོད་རྗེས་གཙོ་པོ་གང་ཡིན།

༣ མཛོངས་མིའི་འདིའི་ལོ་རྒྱུས་ཡིག་ཆ་ཁྱད་སྤངས་གང་ལས་བདུས།



ཁེས་པ་བོད་ལ་མཛོད་རྗེས་ཆེ་བའི་མི་སྟུ་མཛོངས་མི་མི་བདུན་གྱི་རྩོད་འདི་ནི་རྒྱལ་
ཁམས་པ་ཐུབ་བསྟན་ཕུན་ཚོགས་དེས། ཕྱི་ལོ་༢༠༡༢ལོའི་ཟླ་བ་ ༡༠ པའི་ཆོས་༢༤ཉིན། ལྷོ་ལུ་མི་
རིགས་སྟོན་གྱ་ཆེན་མོའི་རང་ཤག་དུ་བྲིས་སོ། །

ཐོད་རིགས་གཞིན་ཅུ་རྣམས་ལ་སྤྱིར་ས་པའི་སྤྱིར་གྲུབ།

དམ་པའི་ཚོས་ལ་དད་པ་ན། །
 གཡོ་སྤྱི་བྱ་སྤྱོད་རིང་རུ་སྤྱོད་ས། །
 དཀོན་མཆོག་གསུམ་པོ་བོད་སྤྱོད་ནས། །
 ཐོད་མགོ་བསྐྱོར་བའི་ལས་འདི་སྒྲི། །

མི་ཚང་མས་གོ་བདེ་བའི་ཆེད་རུ་སྒྲན་ངག་དང་མདོན་བརྗོད་མེད་ཅིང་།
 གྲུམ་དཔེ་དང་རྒྱས་བཤད་མེད་པར་ཆོག་ཏུང་། དོན་འདུས། གནད་ལ་ལེལ་
 བའི་བཤོ་སྤྱིར་ཏུང་བསྐྱུས་ཤིག་བྱ་རྒྱུ་ཡིན། གཤམ་གསལ་གྱི་གནད་དོན་འདི་དག་
 གཙོ་པོ་བོད་རིགས་གཞིན་ཅུ་རྣམས་ལ་སྤྱིར་ས་པའི་བཤོ་སྤྱིར་ཞིག་ཡིན། མ་འོངས་
 པའི་ཐོད་ཀྱི་རེ་བ་བཅོལ་ས་ནི་གཞིན་ཅུ་རྣམས་ཡིན་སྟབས། གཞིན་ཅུ་ཚོ་ཚོངས་
 དད་ཀྱི་སྤྱན་གཡོག་རུ་གྱུར་ན་ཐོད་ལ་ཁྱོད་གྱུད་ཆེ་ཤོས་དེ་ཡིན་པར་མཐོང་། ཐོད་
 རིགས་གཞིན་ཅུ་ཤེས་ཡོན་ཅན་རྣམས་ཀྱིས་མིག་གིས་འཛམ་སྤྱིར་ལ་བསྟར་ནས།
 ཐོད་རང་གི་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་རུལ་སྤངས་འདི་ལགས་བཅོས་བྱེད་པའི་རུས་ལ་བབས་
 འདུག །དེར་རུས་མི་ཏུང་ཤས་ཞིག་གིས་རང་སྤྱིར་གྱི་ཁེ་སྤོང་གྱི་ཆེད་རུ། ཚོས་
 ལྷགས་ལོག་པར་སྤྱོད་ནས་གནའ་ཐོད་ཐོད་ཀྱི་མེས་པོ་ཚོས་བཞག་པའི་སྤྱི་ལ་རྒྱན་
 རིག་གནས་འདམ་རྒྱུ་གྱི་ཁྱོད་རུ་དོག་བརྒྱུས་གཏོང་བའི་བྱ་སྤྱོད་འདི་དག་དེས་
 པར་རུ་དོས་ཟིན་པར་བྱ་དགོས། །ཉེ་ལམ་ཞུ་དམར་རིན་པོ་ཆེའི་སྤྱི་མདུན་རུ་ཉར་
 ཆོགས་བྱས་པའི་མཐའ་ཡས་དོ་རྗེས་ཁོ་རང་གྲུ་པ་ལོག་པའི་སྤྱིར་དྲིལ་བསྐྱགས་
 བྱས་སོང་། སྐབས་དེར་ངས་དངོས་གནས་གཡོ་སྤྱི་མེད་པའི་སྤྱི་ནས་སོ་སོའི་བྱ་
 སྤྱོད་དེ་ཐོད་མི་དམངས་རྣམས་ལ་སྤྱོན་སྤྱོད་པ་ཡག་པོ་རེད་དུ་བྱུང་། དེ་དང་
 རུས་མཚུངས་སུ་ཁོ་ཚོའི་སྤྱིར་གཅིག་གིས་ཀྱང་པ་མཁའ་བྱབ་དོ་རྗེས་ལྷམ་བཞེས་
 བྱས་ཀོང་སྤྱལ་འབྲུངས་ཚུལ་དང་། མཐའ་ཡས་དོ་རྗེས་ཆང་ས་བརྒྱུ་པ་དེའང་
 དེ་དང་འདྲ་བའི་དོན་སྤྱིར་ཅན་ཞིག་ཡིན་པར་བཤད་པའི་འཕྲིན་སྤྱན་འགའ་ཞིག་

མཐོང་བྱུང་བས། ཁོ་ཐོས་ཁོང་གིས་མནའ་མ་བསུ་རྒྱུ་དེ་ཕལ་ཆེར་ལྷ་དམར་ཡང་
སྲིད་གཅིག་གསར་བཟོ་བའི་ཆེད་དུ་ཡིན་པར་འདྲ་བསམ་བྱུང་། དེའི་སྐོར་
འཕྲིན་ཕྱན་ཐོག་ནས་མ་འོངས་འབྱུང་འབྱུར་གྱི་ཁོང་གིས་མཇུག་སྒྲིལ་ཅི་འབྱུང་
སྐོར་ལ་ཇེས་དཔག་གིས་བཞོ་སྒྲིལ་ཞིག་བྱེད་འདོད་ཡོད་ཀྱང་། གནས་སྐབས་
ལས་ཀ་བྲེལ་བའི་དབང་གིས་བསམ་ཁུས་ལུས་སོང་། དེ་རིང་ཨ་རི་ནས་གོགས་
པོ་ཞིག་གིས་འཕྲིན་ཕྱན་བརྒྱུད་ནས་ང་རང་གིས་དོགས་པ་བྱེད་བཞིན་པའི་གནས་
ཚུལ་དེ་དངོས་གནས་དྲིལ་བསྐྱགས་བྱས་ཡོད་པ་ཞིག་བཏང་བྱུང་། རྒྱ་མཆོན་དེ་
ལ་དམིགས་ནས་མ་འོངས་ཐོད་ཀྱི་བདག་པོ་ཐོད་རིགས་གཞོན་ཅུ་ཤེས་ཡོན་ཅན་
རྒྱམས་ལ་འཁོད་སྐྱུལ་ཞུ་བར།

༡ ཆོས་ལ་དད་པ་བྱ་བ་ནི་རང་གཞན་གཉིས་ཀ་ལ་བདེ་སྦྱིད་འབྱུང་བའི་ཆེད་
དུ་རེད། དེས་ན་ལྷ་དཀོན་མཆོག་ལ་གསོལ་འདེབས་དང་ཕྱིན་བཅོལ་གང་དགོས་
རང་རང་གིས་བྱས་ན་ཕན་ཐོགས་ཆེ་ངེས་པས་སྤྱུན་དང་སྤྱུལ་སྤྱུན་དག་ལ་རེ་
བ་བཅོལ་བའི་ལས་འདི་ངེས་པར་དུ་མཆོམས་འཛིག་བྱ་བའི་དུས་ལ་བབས་
འདུག །

འོན་ཀྱང་སངས་རྒྱུས་ཀྱི་གསུངས་ལྟར་དགེ་སྤྱི་སྤངས་སྤང་ཚུལ་བཞིན་བྱེད་པའི་སྤང་
མ་དང་གྲུ་པ་རྒྱུ་དག་རྒྱུས་ལ་དད་བྱས་བྱ་བ་ནི་དགག་བྱའི་གནས་མིན་ནོ། །
འདིར་དགག་དགོས་པ་ནི་ནང་ཆོས་ལ་ཁ་གཡར་ནས་མི་དམངས་ལ་མགོ་བསྐྱོར་
གཏོང་མཁན་རྒྱམས་ཡིན་པས། དེ་དག་གིས་ཁོ་པོ་ལའང་དགག་བཞག་ལྷག་པོ་
ཡོད་པ་ཡིད་ཆེས་ཡོད།

༢ མཐའ་ཡས་དོ་ཇེས་ལྷ་དམར་ཡང་སྲིད་རྒྱུན་མ་ཞིག་བཟོ་དགོས་པའི་རྒྱ་
མཆོན་ནི་ཆོས་ལུགས་ལུས་པ་བེད་སྤྱོད་བཏང་ནས་རང་གི་ཁེ་ཕན་གྱི་ཆེད་དུ་མི་
དམངས་ལ་མགོ་བསྐྱོར་གཏོང་བའི་མཇུག་ཕྱིན་ཡིན་པར་སྒྲིལ་མ་དགོས་པ་
ཞིག་རེད། །

༣ ཆོས་ལ་བརྟེན་ནས་རང་མི་རིགས་མགོ་བསྐྱོར་བའི་ལས་འདི་མཐའ་ཡས་དོ་
ཇེ་ཁོ་ནའི་བྱ་སྤྱོད་ཅིག་མ་རེད། རྒྱ་གར་དང་བལ་ཡུལ་ན་སྤྱོད་ངན་འདི་དར་

ནས་ལོ་ངོ་བརྒྱ་ལྷག་མང་པོ་ཕྱིན་ཆར་པ་རེད། སྤོན་གྱི་སྤྲུལ་མ་མཆོན་ཉིད་དང་
ལྡན་པ་དེ་དག་སྤྱུག་གཤེགས་ཆར་པ་དང་། དེ་དག་གི་སྤྱུན་མཆེད་དང་། ཡང་ན་
སྤྲུལ་མ་ལོག་པའི་ཐོན་སྤྱུག་ནམས་སྤོན་གྱི་སྤྲུལ་མཆོན་ལྡན་དག་གི་ཡང་སྤྱིད་ཏུ་
ངོས་འཛིན་ནས་སྤྱི་མོང་མའི་རྒྱ་བདག་དང་། ཐོད་མི་དམངས་ནམས་མགོ་བསྐྱོར་
གཏོང་བའི་ཡོ་བྱད་ཅིག་ཆགས་ཡོད་པ་ནི་མིག་སྒར་གྱི་གནས་ཚུལ་འདི་རེད།

༤ ཐོད་ནང་ལའང་སྤྱོད་རན་གྱི་ནད་ཡམས་འདི་མཆེད་ཆར་པ་རེད། སྤྱོད་
རན་འདི་ཐོག་མར་རྒྱ་གར་བལ་ཡུལ་ན་བཅའ་སྤོད་བྱས་པའི་ཐོད་རིགས་ཀྱི་ཁྲིད་
ནས་བྱུང་ཞིང་། དེ་ནས་གུ་ཡངས་ཀྱི་སྤྱིད་རྒྱས་ལོག་ཆོས་དད་རང་མོས་ཆོག་པ་
དང་། རིམ་བཞིན་ལོ་རབས་དགུ་བརྒྱ་པའི་ནང་ཅམ་ནས་རྒྱ་སྤྲུལ་མང་པོ་ཞིག་དར།
དེ་དག་གིས་གཡོ་སྤྱུ་སྤྱི་ཚུགས་པས་རྒྱ་རིགས་དད་ལྡན་ནམས་མགོ་བསྐྱོར་བ་མ་
ཆོད། སྐྱོར་མོ་མང་པོ་ཐོབ་ན་རྒྱ་ཆོང་དཔོན་ནམས་རྩོམ་ཆེ་འཆང་དང་། ཐང་
སྤོང་རྒྱལ་པོ་སོགས་ཀྱི་ནམ་འབྲུལ་ཡིན་པ་ངོས་འཛིན་ནས་སྐྱོར་མོ་གཡོ་ཐབས་
ཀྱིས་ལེན། དེ་ནས་དཔོན་པོའི་སྤྱུ་གུ་དང་། སྤྲུལ་མ་ནམས་ཀྱི་བྱ་སྤྱུག་ནམས་སྤྲུལ་
སྤྱོད་ངོས་འཛིན་བྱེད་སྤྱོད་དར། དེ་དག་གིས་ང་ཆོའི་མགོ་ལ་ལག་པ་བཞག་ནས་
སྐྱོར་མོ་བསྐྱུ་བཞིན་ཡོད་པ་རེད། དེ་ནི་དཀོན་མཆོག་གསུམ་ལ་བརྟེན་ནས་མི་
དམངས་མགོ་བསྐྱོར་གཏོང་བའི་ལས་ཀ་ཞིག་ཡིན་མིན་ཁྲོད་ཆོས་བརྟག་དབྱེད་
གནང་འོས། །

༥ ཐོད་རིགས་གཞོན་ནུ་ནམས་སྤྱུགས་བསམ་ལེགས་པར་བཞེས་དང་། དེང་
རྒྱས་གོ་ལའི་ཤར་རུབ་ཀྱི་མི་རིགས་པལ་ཆེར་རང་དབང་གི་བདེ་སྤྱོད་ལ་འབད་
བཅོན་བྱེད་བཞིན་པའི་རྒྱས་རབས་འདིར། ང་ཆོ་ཐོད་མི་དམངས་ནམས་ནི་སྤྱུན་
ཆོངས་ཀྱི་བྲན་གཡོག་གུར་པའི་རྒྱ་མཆོན་གང་། ཆོང་མས་བསམ་སྤྱོད་གཏོང་
དགོས་པ་ཞིག་ལ། 【གཅིག】 ཆོང་མ་མི་ཡིན་པ་འདྲ་ན་འང་མི་གཞན་གྱི་ལག་
པ་རང་གི་མགོ་ལ་བཞག །རང་གི་བྱ་རྒྱུད་ཀྱི་སྤྱོད་ཡོན་གྱི་གཏོང་མ་དབྱ་བའི་
སྐྱོར་མོ་དང་། རྒྱ་བས་ནམས་པངས་སེམས་མེད་པར་སྤྱོད་ཅིག་གིས་མི་གཞན་
ལ་འབྲུལ་རུས་པའི་རྒྱ་མཆོན་གང་། དེ་ནི་རང་ཉིད་ཆོངས་དད་ཀྱི་བྲན་གཡོག་

དུ་ཡུར་པའི་རྒྱུ་གྱིས་སོ། **【གཉིས】** སྤང་མའི་གདུང་རྒྱུ་དང་། སྤུལ་སྤྱིའི་ཡང་
 སྤྱིད་དུ་གྲགས་པ་དེ་ཚོས་མི་དགེ་བ་དང་མཚམས་མེད་པ་གང་བྱས་ཀྱང་། དེ་
 དག་ལེགས་པར་ཁོ་ནར་མཐོང་སྟེ། ད་དུང་དད་བྱས་བྱེད་པའི་རྒྱ་མཚན་གང་།
 བྱིད་རང་གིས་སེམས་ལ་ལྟོས་དང་། དེ་ནི་རང་ཉིད་ཚོངས་དད་ཀྱི་བྲན་གཡོག་
 དུ་ཡུར་པའི་རྒྱུ་གྱིས་སོ། **【གསུམ】** རྒྱལ་སྤྱི་རྒྱལ་ནང་གང་གི་བྲིམས་དང་མི་
 མཐུན་པའི་ལས། མི་འདྲ་མཉམ་ཡིན་ནའང་། སྤུལ་མིང་ཅན་འགའ་ཞིག་
 གིས་བྱིད་རང་གི་བཟའ་བཏུང་དང་། སྤྱོད་ལམ་ཚང་མ་ལ་ཚོད་འཛིན་དང་
 བཀག་བསྟོམས་བྱེད་ཅིང་ཆད་པ་ཁྱར་དགོས་པའི་རྒྱ་མཚན་ཅི། དེ་ནི་རང་ཉིད་
 ཚོངས་དད་ཀྱི་བྲན་གཡོག་ཡུར་པའི་རྒྱུ་གྱིས་སོ། **【བཞི།】** གྲུང་གོའི་མི་རིགས་
 ཐམས་ཅད་བཅིངས་འགྲོལ་ཐོབ་ཟིན་ནའང་། བྱིད་རང་སྤུལ་རྒྱུ་མ་འགའ་
 ཞིག་གི་ཁེ་ཕན་ཆེད་དུ་རང་ཉིད་ཀྱི་ཁེ་ཕན་སྒོས་གཏོང་བྱས་པའི་བྲན་གཡོག་ཅིག་
 དུ་ཡུར་པའི་རྒྱ་མཚན་གང་། དེ་ནི་རང་ཉིད་ཚོངས་དད་ཀྱི་བྲན་གཡོག་ཡུར་
 པའི་རྒྱུ་གྱིས་སོ། །དེར་དུས་ཐོད་མི་རིགས་ཡར་རྒྱས་ཀྱི་བཀག་རྒྱ་ཆེ་ཤོས་ནི་
 ཚོངས་དད་ཡིན་པ་དོ་ཤེས་པར་གྱིས་ཤིག །

༦ ཐོད་རིགས་གཞོན་ནུ་ཚོ། མདོར་བཅུས་ན། ཚོས་ལ་དད་པ་ཡོད་ན།
 དེར་དུས་གཡོ་རྒྱ་རི་བོ་ལས་ཆེ་བ། བྱ་སྤྱོད་སྤྱིན་པ་ལས་འབེལ་བ། འདོད་
 སྤྱིད་མེ་ལྷེ་ལས་ཆེ་བའི་སྤུལ་འདི་དག་ལས་རིང་དུ་གཡོལ་ནས། རང་རང་
 གིས་ལས་རྒྱ་འབྲས་སྤངས། མི་མགོ་མ་བསྐྱར། ཡོན་ཏན་སྤྱོདས། རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་
 བྲིམས་དང་མི་འགའ་བ། རང་ལུགས་ཀྱི་རྒྱ་འབྲས་དང་མི་འགའ་བའི་སྒོ་ནས་
 ལས་ཀ་གྱིས། འཚོ་བ་སྤྱོད། ཀལ་སྤྱིད་བྱས་པ་ཡོད་ན་ལན་དང་རེ་བ་ལ་མི་ལྟོས་
 པའི་མི་བྱས་མེད་ཉམས་རྒྱུང་ནམས་ལ་རོགས་པ་གྱིས། སངས་རྒྱལ་བཙུན་
 འདས་ལའང་དེ་ལས་ལྷག་པའི་ཚོས་ཤིག་གནང་རྒྱ་དཀའོ། །

ཞེས་པ་དེར་དུས་ཐོད་ཁམས་ཚོས་ལོག་གིས་ཁེངས་པའི་སྤང་ཚུལ་ལ་ཡིད་སྤྱོད་བའི་རང་ནས་
 རྒྱལ་ཁམས་པ་ཐུབ་བཅུན་ཐུན་ཚོགས་དེས། ཁྱིལ་༢༠༡༧ལོའི་ཟླ་བ་༡༠པའི་ཚེས་༡༩ཉིན། ལྷ་
 རུབ་མི་རིགས་སྒོ་བ་གྲུ་ཆེན་མོའི་རང་ཤག་དུ་བྱིས། །

2017.10.21

རྒྱལ་གྲི་གཞན་གྲིས་བྱུང་བའི་ཆོས་གོས་འོག །
གཤེས་ཀྱི་རྒྱལ་གྲི་བླ་བྱུང་འདི་སྐད་མ་ནས། །
སྦྱོར་བ་ནས་ལ་བསམ་པ་དཀར་བའི་མི། །
འཕྲི་མཁན་འདི་དག་བདག་གི་ཕྱག་བྱའི་གནས། །

ད་ནངས་ཞིགས་པ་རང་མིང་དངོས་སུ་སྟོན་མི་ཤོད་མཁན་གྱི་གཡེར་མིང་བཅོན་
 མཛད་ཟེར་བ་ཞིག་གིས་དཔལ་སྤངས་གྲ་བྱར་སྤུབ་བསྟན་སུན་ཚོགས་ལ་སྤྲིངས་བ།
 ཟེར་བའི་ཡི་གེ་ཞིག་བཏང་འདུག་དེའི་ནང་དོན་མདོར་བསྟུན་ན། མཐའ་ལས་
 རྒྱ་རྒྱུད་རན་དེ་དག་ལ་དགག་པ་སྐྱབ་མི་ཚོགས། །དེ་ནི་སི་ཏུ་འི་སྐབ་ཙ་རེད་
 ཟེར་བ་ཞིག་གིས་འདུག། །དེའི་སྐོར་བྱས་ཏེ་འདིར་གཞོན་ཅུ་རྩ་མས་ལ་གནད་དོན་
 ཁ་ཤས་ཤིག་དོ་སྤྲོད་བྱེད་འདོད་བྱུང་། ར་ནི་ཚོས་དང་སླ་མ་གཉིས་ཀ་ལ་དོ་སྤྲོད་
 ཙ་བ་ནས་མེད། དད་པ་འང་མེད། བྱས་ཅང་སི་ཏུ་ལྷ་དམར་གང་གི་སྤྱག་ལས་
 ལ་དོ་སྤྲོད་ཙ་བ་ནས་མེད། དེའི་ཆེད་ཏུ་དུས་ཚོད་འཕྲོ་བརྒྱག་བྱེད་འདོད་བྱུང་
 མེད། བོད་ཀྱི་སྤྱི་ཚོགས་ཡར་རྒྱས་གཏོང་བའི་མཐུན་སྐྱོན་ནི་ཤེས་རིག་དང་
 དཔལ་འབྱོར་ཡིན་པ་ལས་ཚོས་དང་སླ་སྤྱལ་མ་རེད། དེས་ན་མིག་སྤར་ང་ཚོར་
 གངས་ཅན་བོད་ལ་དགོས་པ་དེ་ཚོས་དང་སླ་མ་མ་རེད། ར་ཚོ་ལ་དགོས་པ་དེ་
 གཞོན་ཅུ་ཤེས་ཡོན་ཅན། མི་རིགས་དང་སྤྱི་ཚོགས་ལ་ཕན་ཐོགས་ཡོད་མཁན།
 སློབ་གསོ་དང་རིག་སྟོབས་བྱུང་འབྲེལ་གྱི་སྟོན་ས་བོད་ཀྱི་སྤྲིང་འབྱོར་རིག་གསུམ་
 ཡར་རྒྱས་བཏང་ནས་བོད་ཁམས་གསར་པ་ཞིག་འཛུགས་སྐྱོན་བྱེད་སྤུབ་མཁན་གྱི་
 མི་སྤྱ་གསར་པ་དགོས་མཁོ་ཆེ་བ་རེད། །བོད་ཀྱི་སྤྱི་ཚོགས་ནང་གི་སླ་སྤྱལ་མཁན་
 གསུམ་ཟེར་བ་དེ་རྩ་མས་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་ཤུལ་བཞག་ཅིག་ཡིན་སྟབས། སྟོན་པ་སྤྱུ་
 སྤུབ་པའི་དགོངས་དོན་དང་མཐུན་པའི་བསྐྱབ་སྟོན་ཚུལ་བཞིན་བསྟུངས། ལས་

འབྲས་ལ་ཡིད་ཆེས་བྱ། ཆོས་དང་མི་མཐུན་པའི་གཡོ་སྤྱོད་དང་། ཁ་གསལ་དང་།
གཞིགས་སྒྲོང་སོགས་ཀྱི་བྱ་རན་ནམས་རྒྱལ་བཞིན་དུ་སྤངས། བྱམས་དང་སྤྱིང་
རྩེ་རྒྱུད་ལ་འཛིན་ཞིང་འགོ་བ་སྤྱི་དང་། ཁྱད་པར་རང་གི་མི་རིགས་ལ་ཤ་ཆ་དང་
སྤྱིང་རྩེའི་སྒོ་ནས་གནས་སྐབས་སྤྱལ་བསྐལ་གྱིས་མནར་བའི་མི་ནམས་གྱིས་སེམས་
ཀྱི་སྤྱལ་བསྐལ་དེ་དག་བསལ་བའི་ཆེད་དུ་ཁོ་ཆོའི་འདོད་དོན་ལྟར། ཆོ་ག་དང་།
བཀའ་ཆོས་གང་འདོད་རོགས་རམས་བྱས་ན། དད་ལྡན་ནམས་ཀྱི་དད་པའི་ཡུལ་
དང་། དད་པ་མེད་མཁན་ནམས་ཀྱིས་ཀྱང་བསྟོད་བསྐྱེད་ཀྱི་ཡུལ་དུ་འགྱུར་བ་
ནི་སྒྲོས་མ་དགོས་པ་རེད། དེ་ནི་སངས་རྒྱས་ཆོས་ལྷགས་ཀྱི་དགོས་མཁོ་དང་རིན་
ཐང་ཡང་རེད། །

གྲུ་པ་ལོག་པ་ལ་བསམ་འཆར་མེད། དེ་ནི་རྒྱན་ལྡན་གྱི་འཆོ་བ་ཡིན་སྐབས།
གྲུ་པ་བྱེད་དང་མི་བྱེད་རང་དབང་རེད། འངས་མགོན་ཀོང་སྤུལ་ནང་བཞིན།
རང་གི་འདོད་པ་ལྟར་བསྐྱབ་སྒྲོམ་སྤྱང་འདོད་མེད་ན་གྲུ་གོས་སྤྱད་དེ་བཞག །
མི་དགུས་མའི་མིང་ཐོག་ནས་སྒྲོབ་སྒྲོང་བྱེད་ཅིང་། ཡོན་ཏན་དང་འབྱོར་པ་ཐོབ་
ན་ལན་དང་རེ་བ་མེད་པའི་ངོས་ནས་མི་གཞན་ལ་རོགས་རམ་བྱེད་ཐབས་པ་ནམས་
བྱས་ན། ཕྱིའི་རྣམ་པ་མི་དགུས་མ་ཡིན་ནའང་། གཡོ་སྤྱོད་ཁྲམ་གསལ་མེད་པའི་
ནང་གི་བསམ་པ་བཟང་པོ་དེ་སྤུལ་པའི་སྤྱོད་ཡིན་སྤྱིད་པ་ཞིག་རེད། དེར་དུས་སྤྱོད་
སྤུལ་འགའ་ཞིག་གི་མིང་ཆེན་པོ་ཞིག་ཁྱུར། དགོས་པའི་བསྐྱབ་སྒྲོམ་མི་སྤྱང་། མི་
དགོས་པའི་མནར་མ་དང་སྤྱུ་བྱ་བྱི་སྤྱལ་ལྡན་བྱེད་མཁན་འདི་ཆོ་ཉོན་ཅིག །
ཁྱོད་ཆོའི་ཕྱིའི་ཀྱན་སྒྲོད་དང་། ནང་གི་བསམ་སྒྲོ་ཆང་མ་འབྲོག་པའི་ཡུལ་དུ་
འཕྱི་བ་གསོད་མཁན། འཕྱི་མཁན་ཟེར་བ་ཞིག་ཡིད་པ་དེ་ལས་ལྡབ་འགྱུར་སྤྱལ་
པ་རེད། འཕྱི་མཁན་དེ་ཆོ་འཆོ་བའི་དཀའ་ངལ་ཆེད་དུ་འཕྱི་བ་མི་གསང་ཀ་མེད་
བྱང་བ་རེད། ཡིན་ནའང་ཁ་ནས་མ་ཁྱི་བཏོན། སེམས་ནས་འགྲོད་པ་བྱེད་བཞིན་
འཕྱི་བ་བསད། འཕྱི་ཤ་ཟ་ནས་འཆོ་བ་སྒྲོད་ཅིང་ཡོད་པ་ནི་འགོ་བ་མིའི་མཆོན་
ཉིད་དང་མི་འགལ་བ་ཞིག་རེད། དེར་དུས་སྤྱོད་ལོག་དང་སྤུལ་ལོག་ནམས་གྱིས་
དགོས་པའི་སྒྲོམ་པ་དེ་མི་སྤྱང་། མི་དགོས་པའི་མནར་མ་ཁ་ཤས་ལྷག་བྲིད་བྲིད་

བྱེད། དེ་ལ་མཁའ་འགྲོ་ག་གེ་མོ་དང་། ལྷ་མོ་ག་གེ་མོའི་སྤྱལ་པ་དོས་འཛིན།
 སངས་རྒྱལ་གྱི་བཀའ་དང་འགལ་བའི་ཐུག་སྤྱད་ཆུས་ཀྱི་སྤྱད་སྤྱད་སྤྱད་བྱེད། དེ་
 དག་ཐམས་ཅད་སྒྲ་མ་གོང་མ་དག་གི་ཡང་སྤྱིད་དོས་འཛིན་ནས་མིང་ཆེན་པོ་རེ་
 བཏགས། ཕྱི་རྒྱལ་མགོ་བསྐྱར་གཏོང་མི་རྒྱས་པའི་སྐབས་སུ། ཐོད་ནང་དུ་རང་གི་
 མི་རིགས་ལས་ཡིག་ཚོངས་དེ་རྒྱམས་མགོ་བསྐྱར་ནས་མི་ཆོ་གཅིག་ལ་གསོགས་
 པའི་རྒྱ་རྒྱས་ཕྱན་བྱུང་པ་དེ་དག་ཁ་གསལ་དང་། གཞོགས་སྤྱོད་གི་གཡོ་སྤྱོད་
 སྤྱོད་ནས་གཞུང་གི་དབུ་ཁྲལ་བཟུ་བ་ལྟར་ཐེ་ཆོམ་སྤྱོད་ཅམ་ཡང་མེད་པ་བཟུ་ལེན་
 བྱེད་ཅིང་ཡོད་པའི་སྤྱོད་པ་འདི། ཕྱི་རྒྱལ་སྤྱོད་འཕྱི་མཁན་ལས་ཅུང་ཟད་མཛོས་
 བྱེད་ཀྱི་བསམ་པ་གཡོ་སྤྱོད་ཁྲལ་གསུམ་གྱིས་ཁེངས་པའི་བསམ་སྤྱོད་འདི་
 འཕྱི་མཁན་སྤྱོད་ལས་སྤྱད་པ་བཤད་མ་དགོས་པ་རེད། ཁོ་བོས་བཤད་པའི་སྤྱོད་
 ཆ་འདི་ལ་རྒྱ་མཚན་ཡོད་མེད་ཁྱོད་རང་ཆོས་བརྟག་དབུང་ཅིག་གིས་དང་། རང་
 སྤྱོད་པ་ལ་སྤྱོད་དུ་མ་གྱུར་པ་ཡིན་སྤྱོད་པས་ལ་པོར་ཁྱོད་རང་ཉིད་གིས་མཐོང་
 རེས། ཐོད་ཀྱི་གཞོན་ལྷ་ཤེས་ཡོན་ཅན་རྒྱལ་པ། དུས་དང་རྒྱལ་པ་ཀྱན་དུ་སངས་
 རྒྱལ་བཀའ་དང་འགལ་བའི་སྤྱོད་ལོག་རྒྱལ་པ་གྱི་གཡོ་འོག་དུ་མི་ཚུད་པའི་དོག་ཚོན་
 བྱེད་གོས། །རྗེས་སུ་མནའ་མ་དང་སྤྱོད་སྤྱོད་ནས་གཟན་ཤམ་གྱོན། ཆབ་ལྷག་
 བཏགས་ཏེ་བཅུན་པར་བརྟུས་མཁན་མཐོང་ན། གཏུགས་དཀར་རྒྱོག་པ་ཆར་རེ་
 བཏོན་ཞིང་གཡོལ་ནས་འགོ་རྒྱལ་པ་བརྗེད་པ་ལྟ། །

ཞེས་ཐོད་ཀྱི་རྒྱལ་ཁམས་པ་ཐུབ་བསྟན་ཕུན་ཚོགས་དེས། སྤྱི་ལོ་༢༠༡༢ལོའི་ཟླ་བ་༡༠པའི་ཆོས་
 ༢༡ཉིན། ལྷ་རུབ་མི་རིགས་སྤྱོད་ལྷ་ཆེན་མོའི་རང་ཤག་དུ་བྱིས་སོ། །

བོད་ཀྱི་རྒྱལ་མོ་དང་པོ་འབྲོ་བཟའ་བྱིས་ལོད།

2017.12.3

ཁྱིལ་653པའི་ཡས་མས་སུ་འབྲོ་བཟའ་བྱིས་ལོད་འབྲུངས་ཤིང་། རྩ་སོན་ནས་
བོད་རྒྱལ་མང་སྲོང་མང་བཅན་གྱི་བཅུན་མོ་མཛད། ཁྱིལ་679ལོར་རྒྱལ་པོ་མང་
སྲོང་མང་བཅན་དང་ཁོང་མོ་གཉིས་ཀྱི་སྲས་སུ་འདུས་སྲོང་མང་པོའི་རྩེ་རྒྱུད་ནས་
འབྲུལ་གྱི་རྒྱལ་པོ་སྤྲལ་ཡུར་བལྟམས། རྒྱལ་སྲས་མ་བལྟམས་པའི་ཞག་བདུན་
ལོན་པ་དང་ཡབ་མང་སྲོང་མང་བཅན་གཤེགས་ཤིང་རྒྱལ་སྲིད་ཀྱི་ཐབས་ལ་འབྲོ་
བཟའ་བྱིས་ལོད་རང་ཉིད་གཙོ་བོར་བྱས་མཁར་གཉན་ལྷེ་བྱ་དང་། དབས་ཏ་རེ་
ཁོང་ལོད་བཅས་ཀྱིས་སྲིད་བསྐྱེད་ཏེ་རྒྱལ་སྲིད་མ་ཉམས་བཟན་པར་བསྐྱེད་པ་
ཉེ། རྒྱལ་སྲས་འབྲུངས་མ་ཐག་ནས་ལོ་གསུམ་ལ་མ་སྤེམས་པར་ཡབ་གཤེགས་པ་
གསང་བའི་ཚུལ་མཛད།

སྲས་ལོ་གསུམ་གྱི་ཐོག་རྒྱལ་སྲིད་ལ་མངའ་སྲོལ་གསོལ་བའི་ཚུལ་མཛད། སྲས་
དབྱང་ལོ་རྒྱུད་བའི་དུས་སུ་ཆབ་སྲིད་ཀྱི་འགན་དབང་ཁོ་མོས་མཛད་ཅིང་། ཞང་
ཁྱེད་དང་། འ་ཞའི་ཡུལ་གཉིས་ཀྱི་ཆོ་བ་འགས་ངོ་ལོག་བྱས་པ་བཅོམ་ནས་རྒྱལ་
སྲིད་ལ་གནོད་པ་མ་ཐེབས། ལྷག་པར་ཁོ་མོས་རང་རྒྱལ་སྲས་ཀྱི་སྐུ་སྲུང་དུས་ཀྱན་
དུ་མཛད་ཏེ་རྒྱལ་སྲས་ནར་སོན་རྩིས་སྲིད་དབང་སྤྲད། དེའི་སྐབས་སུ་ཁོ་མོ་གཙོ་བོར་
བྱས་ལྷོན་པོ་དག་གིས་སྤྱིར་དམག་དངས་ཏེ་ཡུལ་མཆོམས་བཟན་སྲུང་གི་ལས་རྒྱ་
ཆེར་སྤེལ་བ་ཉེ། དེར་སང་ཡུན་ནན་ཏེ་འཇང་ཡུལ་དབང་དུ་བསྐྱེད་པ་དང་། རྩ་
ཁུལ་བདེ་འཇགས་ཀྱི་ཆེད་དུ་ཞི་མཐུན་གྱི་གཉེན་འབྲེལ་བཅུགས།

ཁྱིལ་688ལོར་བཅན་པོའི་སྲིད་མོ་བྱི་མོ་སྤྱིངས་ཞེས་པ་དུགས་ཡུལ་དུ་གནས་
ལ་བཟངས་ཤིང་། དེའི་ཁྱིལ་ལོར་བཅན་མོ་བྱི་སྤྱིངས་ཞེས་པའང་འ་ཞའི་རྩེ་ལ་
བཅུན་མོར་བསྐྱེད། མཁར་གྱི་བྱ་འབྲིང་བ་མཁར་བྱི་འབྲིང་བཅན་བོད་ཀྱིས་
མཁར་སྤྱོད་བཅན་གྱི་ལྷོན་གནས་མཐུད་བཟུང་བྱས་ཏེ་སྲིད་དོན་ལ་མཛད་འབྲས་

ཆེར་ཐོན་ནས་གཟེངས་བསྟོད་ཆེར་བྱས་པ་ལ། དེའི་བྱ་རྒྱུད་ནམས་ལས་འགའ་
ཞིག་ང་རྒྱལ་གྱིས་ཁེངས་པས། འབངས་ནམས་འཇིགས་ཤིང་བཅན་པོར་ལྟར་སྤྱང་
བྱ་བྱས་པ་ལས་དོན་ལྟན་བྱ་དེ་ཅམ་མི་བྱེད་པ་དང་། རྗེ་སྟོན་དག་གིས་མགར་གྱི་
བྱ་རྒྱུད་ལས་ཁེངས་དྲེགས་ཆེ་རིགས་ཁ་ཤས་ཆར་བཅད་པ་དང་རྒྱང་ཕུད་བཏང་
སྟེ། རྒྱལ་སྤྱི་འདུས་སྤྱིང་མང་པོ་རྗེ་མཆིན་བཟའ་བཅན་མོ་རྟོག་གོ་ཁབ་བྱ་
བཞེས་སུ་བཅུག་ནས་རྒྱལ་སྤྱི་ཁྲི་ལྟེ་གཙུག་བརྟན་མེས་ཨག་ཚམ་ཅན་སྤྱི་ལོ་698
ལོར་འཁྲུངས། སྤྱི་ལོ་709ལོར་འདུས་སྤྱིང་མང་པོ་རྗེ་འཇང་ཡུལ་བྱ་དམག་ཐོག་
ནས་སྤྱི་གཤེགས་རྗེས། རྒྱལ་ཡུམ་ཁྲི་མ་ལོད་ཀྱིས་ཀྱང་རྒྱལ་ཆ་ཁྲི་ལྟེ་གཙུག་བརྟན་
དགུང་ལོ་གསུམ་པར་རྒྱལ་སྤྱི་ལ་མངའ་གསོལ་ནས་རྒྱལ་སྤྱི་རྒྱུང་རོགས་མཛད་
བཞིན་སྤྱི་ལོ་712ལོར་གཤེགས།

དཔའ་བའི་དབྱང་གིས་མཐའ་བཞི་དབང་བྱ་བྱས།

མཛངས་མའི་སྤྱོད་པས་བོད་ཁམས་བདེ་ལ་བཀོད།

བཅན་པོའི་དམག་གིས་རྒྱ་འཇང་ཟིལ་གྱིས་གཞོན།

དཔའ་མཛངས་རྒྱལ་མོ་འབྲོ་བཟའ་ཁྲི་མ་ལོད།

2017ལོའི་དཔལ་ལྷའི་དུས་ཆེན་བོད་ཟླ་བཅུ་པའི་ཆོས་བཙུ་ལྟེ་ཉིན་བོད་ཀྱི་བྱང་མེད་ལ་བྱན་
གསོའི་ཚུལ་བྱ་རྒྱལ་ཁམས་པ་ཐུབ་བརྟན་བྱན་ཚོགས་དེས་བྲིས་སོ།



ཕྱི་ལོ་གད་སྟོགས་ནང་གི་གཡང་དུ་ལེན་མཁན་རྣམས་ལ་སྨིངས་པ།

2017.12.26

ཨ་རིའི་ཡུལ་སོགས་ཕྱི་ཡི་གད་སྟོགས་རྣམས།
ནང་འདྲེན་བྱས་ནས་ཀྱང་གོའི་སྤྱན་ཟླ་ལ།
ཆོང་འགྲིམས་བྱས་འདི་རང་ལ་ཕན་མོད་ཀྱང་།
རང་རིགས་སྤྱི་ཡི་ཤ་རུས་རྒྱལ་ཏུ་འགྱུར།

རྒྱ་ནག་ཡུལ་གྱི་གནའ་བོའི་ཆོངས་དད་གྱི།
གད་སྟོགས་རིག་གནས་བོད་དུ་བསྐྱར་པ་རྣམས།
དེང་གི་རུས་ཀྱང་བདག་གཅེས་བྱེད་པ་འདིས།
མི་རབས་རྗེས་མའི་བསམ་པའི་རྒྱལ་ཏུ་འགྱུར།

【འཆོ་བའི་གད་སྟོགས་ནང་འདྲེན་བྱེད་མཁན།】

ཕྱི་རྒྱལ་གྱི་འཆོ་བའི་གད་སྟོགས་ནང་འདྲེན་བྱེད་མཁན་གྱི་རྒྱ་རིགས་ཆོང་པ་
འགའ་ཞིག་གིས། ཉེ་བའི་ལོ་ཤས་མོའི་ལོ་ཕྱི་སྤྱིང་པའི་འཕྲུལ་ཆས་གྱི་གད་སྟོགས་
དང་། རྒྱ་ཆས་གྱི་གད་སྟོགས་རྣམས་ཁྲིམས་འགལ་གྱི་སྟོན་ཀྱང་གོ་ནང་དུ་
དཔོན་འདྲེན་བྱེད་ཅིང་། གད་སྟོགས་དེ་དག་རང་ཡུལ་གྱི་ས་གནས་མང་པོ་ཞིག་
ལ་བཅོངས་ནས་ཁེ་ཆོང་བསྐྱབས་ཡོད་པ་དེ་ནི་རང་གི་ཁེ་ཕན་ཚུད་དུ་ཞིག་གི་
དོན་དུ་ཀྱང་གོ་མི་དམངས་དང་རྒྱལ་ཁབ་གྱི་ཁེ་ཕན་ཚུད་ཚོས་བྱས་པའི་བྱ་ངན་
ཞིག་ཡིན་པ་སྟོས་མ་དགོས་པ་རེད། །འདི་ལ་རྒྱ་སྤང་དུ། 生活垃圾 ཟེར།

【རིག་གནས་གྱི་གད་སྟོགས་ནང་འདྲེན་བྱེད་མཁན།】

གནའ་བོའི་རུས་སུ་རྒྱ་ནག་གི་དམངས་སྟོན་ནང་དུ་ཆོངས་དད་གྱི་བཤད་སྟོན་
མང་པོ་ཞིག་ཡོད་པ་དེ་དག་བོད་ཀྱི་སྤྱི་མ་འགའ་ཞིག་གིས་ནང་འདྲེན་བྱས་ཉེ་

ཐོད་མིའི་འཚོ་བའི་ནང་དུ་བྱུང་གནད་ལ་བཏང་ཡོད་པ་རེད། སྐབས་དེར་སྤྱི་ཚོགས་
 ཀྱི་དབང་གིས་ཚོང་ས་དང་གྱི་སྐད་ཆ་དེ་དག་ཏུ་ཅང་དགའ་ཞེན་ཆེ་བའི་རིག་
 གནས་ཤིག་ཆགས་ཡོད་པ་རེད། དེ་ནི་དུས་རབས་ཀྱི་དབང་གིས་ཁོ་ཚོ་ལ་འང་མོར་
 འབྱུལ་རེད་ཟེར་མི་འོས་པ་ཞིག་རེད། འདི་ལ་ 文化垃圾 ཟེར་འོས་པ་ཞིག་
 རེད། །འོན་ཀྱང་དེར་གྱི་དུས་སུ་འཛམ་གླིང་མི་དམངས་ཚང་མ་གཉིད་ལས་སད་
 དེ་རང་རང་ཡུལ་གྱི་གད་སྟོན་གྱི་རིག་གནས་ནམས་ལམ་ཁའི་རྩ་བ་ཞིན་དོར་ཏེ།
 སྐྱུལ་རྒྱུ་རིག་གནས་ཚང་མ་གསར་མཐུད་སྟེང་བཞེད་སྟོན་དེར་རབས་ཚན་
 རིག་གི་སྤྱོད་སྤྱོད་སུ་འཕེལ་རྒྱས་བཏང་དང་གཏོང་བཞིན་པའི་སྐབས་འདིར། ཐོད་ཀྱི་
 སྤྱོད་སྤྱོད་སུ་འཕེལ་རྒྱས་འགའ་ཞིག་གིས་ཐོད་ཀྱི་མི་དམངས་ནམས་མགོ་
 བསྐྱར་བའི་ཆེད་དུ་ཁོ་ཚོས་གསང་བ་བསམ་མི་བྱུང་པའི་གནད་མང་པོ་ཞིག་ཤེས་
 མདོག་སྟོན་ནས། རང་ཉིད་ལ་དགོར་རྒྱས་ཕྱན་བྱུང་གི་པའི་ཆེད་དུ། མོ་འདེབས།
 མདོན་ཤེས་བཤད། ཆིས་བཆི་ནས་ངན་པ་དགུ་འདྲོམས་དང་། ཉེ་ནག་དང་། ཡན་
 ཀོང་སོགས་གནད་ཐོད་གད་སྟོན་རིག་གནས་ནམས་རང་གི་ཕ་མོར་འགང་ཆེན་
 ཞིག་ཡིན་པ་སྟུབ་བྱེད་དུ་རྒྱུན་གྱི་ཡིག་ཉོབ་འབྲི་མཁན་མང་པོ་མཐོང་། སྤྱིར་ཁོ་
 ཚོའི་དམིགས་ཡུལ་ནི། ཚོང་ས་དང་དང་འབྲེལ་བའི་གཏམ་འཆལ་འདི་དག་ལ་
 བརྟེན་ནས་ཁོ་ཚོ་ལ་དད་གུས་དང་འབྲུལ་བ་རུང་ཟད་ཐོབ་པའི་ཆེད་དུ་ཡིན་སྟེང་
 ཀྱང་། དེ་ནི་རང་ཉིད་ལ་ཁོ་ཕན་རུང་ཟད་ཅིག་ཐོབ་པའི་ཆེད་དུ་ཐོད་ཀྱི་མི་རབས་
 གཅིག་ཆུད་ཐོས་སུ་གཏོང་བའི་ལས་ཡིན་པས་བག་ཡོད་པར་མཛོད་ཅིག་།

མདོར་བསྟུས་ན། སྤྱི་རྒྱལ་གྱི་འཚོ་བའི་གད་སྟོན་ནང་འདྲན་བྱེད་མཁན་གྱི་
 ཚོང་པ་ཡིན་དང་། ཚོང་ས་དང་གྱི་རིག་གནས་གད་སྟོན་ཐོད་དུ་འདྲན་པའི་སྤྱོད་
 སྤྱོད་གང་ཡིན་ཀྱང་། ཚང་མའི་དམིགས་ཡུལ་ནི་རང་གི་ཁོ་ཕན་ཆེད་དུ་ཡིན་པ་ནི་
 དགོ་འདྲན་ཚོས་འཕེལ་གྱིས། སྤྱོད་སུ་ཕྱིན་མིག་མེད་བདེ་བའི་ཆེད་དུ་རྒྱུག། ལས་འབྲུ་
 ཀྱང་མེད་བདེ་བའི་ཆེད་དུ་རྒྱུག། །མདོར་ན་འདི་ག་རྟེན་ཐམས་ཅད་བང་འགན་
 བཟུངས། །གཅིག་ལས་གཅིག་མགྱོགས་བདེ་བའི་སྤྱོད་སྤྱོད་སུ་རྒྱུག། །ཅིས་གསུངས་པའི་
 དོན་དེ་རེད།།

ཡན་ཀྱང་གི་ཉིན་མོ་ཞེས་པ་འདི་བོད་ཡིག་བསྐྱར་རྒྱུ་སྤྱི་ལོ་བཞག་བྱས་པ་
ལ་སྐར་མ་ཡན་ཀྱང་དང་། འགའ་ཞིག་གིས་ 𐄎日 ཞེས་པ་འདི་ལ་ཉིན་གཅིག་
བསྐྱར་སྤྱབས་ཉིན་འདི་ལ་ཉིན་གཟེར་སྟོན་དང་། ཡང་བོད་ཀྱི་ཅིས་པ་ནམས་ཀྱི་
ཉིན་འདིར་ངན་པ་སྤྲོ་ཚགས་འཛོམས་པའི་སྐར་ངན་ཞིག་ཡིན་པར་ངོས་འཛིན་
ནས། ངན་པ་དགུ་འཛོམས་ཞེས་མིང་བཏགས་པ་རེད། ངན་པ་དགུ་གང་ཞེ་ན།
འདི་ནི་ངན་པ་རིགས་དགུ་ཡོད་པའི་དོན་མིན་ཞིང་། བོད་སྐད་ཏུ་དགུ་ཞེས་པ་
མང་པོ་ཡོད་པ། མ་ཚང་བ་མེད་པའི་དོན་ཡིན། དེས་ན་ངན་པ་མ་ཚང་བ་མེད་
པའི་ཉི་མ་ཞེས་པའི་དོན་ཡིན། དེར་དུས་ངན་པ་རིགས་དགུ་གངས་འདྲེན་ཨེ་རྟེན་
བཅའ་མཁན་གྱི་རྩུན་རྒྱལ་འགའ་ཞིག་ཡོད་པའང་ཐོས། མདོར་ན། ངན་པ་དགུ་
འཛོམས། ཞེས་པ་འདི་ནི་རྒྱ་ནག་གི་ཚོངས་དད་རིག་གནས་བོད་སྐད་ཏུ་བསྐྱར།
དེ་ལ་བོད་པ་རྩུན་རྒྱལ་འགའ་ཞིག་གིས་མཛེས་རྒྱན་སྤྱོད་པའི་གད་སྟོགས་རིག་
གནས་ཤིག་རེད། །ཁོ་པོ་གཞོན་ནུའི་དུས་སུ་ལོ་ཐོ་གསར་བཟོའི་སྐབས། ཡན་ཀྱང་
སྟོར་གྱི་ཉི་མ་བཟང་ངན་འདི་དག་རང་གི་ཤེས་རབ་ཀྱི་བྱང་ཚུགས་ལྟ་བུ་ཞིག་ཏུ་
འཛིན་ནས་ལོ་ཐོའི་ནང་དུ་བཀོད་ཅིང་ཡོད་གཞན་ལའང་སྤང་དོར་གྱི་བསྐྱབ་བྱ་
སྟོན་ཅིང་ཡོད། རྒྱུ་སྤྱོད་ཀྱི་ཕྱིན་ཅིང་རྒྱ་བོད་རིག་གནས་ཀྱི་འབྲེལ་བ་ཤེས་
རྒྱུ་མོད་སྤྱོད་ཀྱི་རིགས་འདི་དག་འཕོང་ཕྱིས་ཀྱི་ཤོག་བུ་ལྟར་གད་སྟོགས་ནང་
དུ་དོར་བྱེད། རྒྱ་ལུགས་སྐར་ངན་ཡན་ཀྱང་གི་ངོ་སྟོན་མདོར་བསྐྱས་འདི་ནི་མ་
དཔེ་རྒྱ་ཡིག་ལས་བོད་ཡིག་ཏུ་བསྐྱར་པར།

古时有一户姓杨的人家有 13 个儿子，而他的邻居却没有儿子。于是，他常常在邻居面前摆出志得意满的样子。邻居很生气，就咒他：“不要嚣张显摆！生老病死各自有命，谁知道你的儿子就会长命百岁呢？”杨公仰天大笑：“哈哈！我有 13 个儿子呢！即使碰上三灾六祸我也不怕！就算老天妒忌我，一个月收去我一个儿子，也会留一个儿子为我送终的！”

དེ་ཡང་བཀྲ་ཤིས་པའི་གངས་ཀ་ཞིག་རེད་བསམ་ནས། བག་མ་གཏོང་ལེན་
སྟགས་བཀྲ་ཤིས་པའི་བྱ་བ་ཐམས་ལ་ཞིང་ཅིས་གྱི་ཆོས་བརྩུ་གསུམ་ཉིན་འཛོམས་
སྟོལ་ཆགས་པ་རེད།

但是后来，相传唐代风水宗师杨筠松又根据“二十八星宿”顺数，订
定了“杨公十三忌”。这十三个“忌日”分别是正月十三、二月十一、三月
初九、四月初七、五月初五、六月初三、七月初一、七月廿九、八月
廿七、九月廿五、十月廿三、十一月廿一、十二月十九。“杨公十三忌”
自古以来即受到玄空家的重视，在玄空家的眼里，这十三个日子决不能
被选来做为开张、动工、嫁娶、签订合同等等。

ཡིན་ནའང་རྗེས་སུ། ཐང་རྒྱལ་རབས་སྐབས་གྱི་ས་དབྱུང་སྟོབ་དཔོན་“ཡན་
ཅུང་སོང་”གྱིས་སྤར་ཡང་རྒྱ་སྤར་ཉེར་བརྒྱད་གྱི་གངས་འགོས་ལྟར། ཡན་ཀོང་ཉི་
ལྷག་བརྩུ་གསུམ་ཟེར་བ་ཞིག་གཏན་འབེབ་བྱས་པ་རེད། འདིའི་ཉི་ལྷག་བརྩུ་
གསུམ་ནི། ལྷ་བ་དང་པོའི་ཆོས་བརྩུ་གསུམ། གཉིས་པའི་བརྩུ་གཅིག་གསུམ་པའི་
དགུ། བཞི་པའི་བརྩུ་གསུམ། ལྷ་པའི་ལྷ། རྩུག་པའི་གསུམ། བརྩུ་པའི་ཆོས་གཅིག་དང་།
ཉེར་དགུ། བརྒྱད་པའི་ཆོས་ཉེར་བརྩུ་གསུམ། དགུ་པའི་ཆོས་ཉེར་ལྷ། བརྩུ་པའི་ཆོས་ཉེར་
གསུམ། བརྩུ་གཅིག་པའི་ཆོས་ཉེར་གཅིག་བརྩུ་གཉིས་པའི་ཆོས་བརྩུ་དགུ་རྣམས་
རེད། ཡན་ཀོང་ཉི་ལྷག་བརྩུ་གསུམ་ནི་གནའ་ནས་ད་བར་“ཞན་ཀོང་ཅིས་
པ་”རྣམས་གྱི་གལ་ཆེན་བཙུ་སྟོལ་ཡོད་པ་རེད། ཞན་ཀོང་ཅིས་པའི་སྤང་ངོར།
འདིའི་ཉི་མ་བརྩུ་གསུམ་ཉིན་སྟོ་འབྱེད་མཛད་སྟོ་དང་། ལས་འགོ་བརྩུ་གསུམ་པ།
བག་མ་གཏོང་ལེན། གྲོས་མཐུན་ཆིངས་ཡིག་འཛིག་པ་སྟགས་གཏན་ནས་མི་ཅུང་
བ་འདོད།

由于这一天阴气太重，这一天出生的人命运多半不好，男人这天
出生是辛苦命，一生多劳累，碌碌一生无几积蓄，无论赚多少钱都没有
剩的，无论怎么拼搏都很难成功，要想破解最好佩戴“玳瑁”这种阳
气重的物品，娶妻当娶土命或者火命的。

ཉིན་འདིར་ཕུན་པའི་གནམ་ངོ་ཡིན་སྟབས། ཆོས་འདིར་སྐྱེས་པའི་ཕུ་གུ་ནམས་
 བལ་ཆེར་ལམ་འགྲོ་མེད་མཁན་ཤ་སྟག་ཡིན། ཉིན་འདིར་སྐྱེས་པའི་བུ་ནམས་ནི་
 དཀའ་སྟག་གི་ལས་ཅན་དང་། མི་ཆོ་གཅིག་ལ་དཀའ་ལས་སྐྱབ་དགོས་པ། ཁོར་
 བསགས་ཀྱང་འཇོད་སྟེ་བ། སྒྲོར་མོ་མང་ཉུང་ངེ་ཅམ་ཡོད་ཀྱང་སྟག་ལུས་མེད་
 པར་འཇོད་པ། འབད་བཙོན་ངེ་ཅམ་བྱས་ཀྱང་དོན་འབྱུང་མི་བྱུང་པ་ཞིག་རེད།
 བར་ཆད་བསྒྲིག་དགོས་ན་ལོ་ཀྱན་བྱུང་འཁོར་ལོ་སྟགས་སྤང་བྱེད་ཀྱི་དངོས་རྩམ་
 འདོགས་དགོས། མནའ་མ་སྤངས་ན་སྟོག་ས་ཁམས་དང་མི་ཁམས་ཅན་ལེན་
 དགོས།

女人这天出生的是孤苦命，这天出生的女人大多迟迟不能结婚，
 或者孤独终老，结婚的也不能长久，如果嫁的男人命弱一些很容易被
 克死，男人命硬一些的很容易离婚，要想破解最好嫁一个丧偶的或者
 离异的，且带男孩的，家中男丁数量不能少于女丁，如果自己生了女
 孩就给她取个男孩的名字。

ཉིན་འདིར་སྐྱེས་པའི་བུ་མོ་ནི་དཀའ་སྟག་གི་ལས་ཅན་ཞིག་ཡིན། ཆོས་འདིར་
 སྐྱེས་པའི་བུ་དེ་མེད་ནམས་འདུག་རྟགས་རྟེན་དཀའ་བ། ཡང་ན་མི་ཆོ་གཅིག་ལ་མོ་
 ཉེད་གི་འཆོ་བ་སྐྱེལ་དགོས་པ་འོང་། བྱིས་གཞིས་འཇུགས་ནའང་ཡུན་མི་རིང་བ་
 འཁོར། གལ་སྲིད་སྐྱེས་པ་སྐྱང་ན་ཉུང་གུང་པ་ཞིག་དང་འཕད་ན་སྐྱེས་པ་དེ་འཆོ་
 རྒྱུ་དུ་འགྲོ་སྟེད། སྐྱེས་པ་སྐྱང་ན་དར་ཅམ་ཡིན་ན་སྐྱར་དུ་བཟའ་འཁོར། བར་
 ཆད་དེ་བསྒྲིག་པར་འདོད་ན་འདུག་རྟགས་ཤི་བེན་པའི་སྐྱེས་པའམ། བཟའ་བྱེ་
 བལ་སྤང་པའི་སྐྱེས་པ་དང་གཉེན་བསྐྱེགས་དགོས་པ་མ་ཟད་ཕུ་གུ་བྱེད་པ་
 ཞིག་དགོས། དེས་པར་དུ་བྱིས་དེར་བུ་དེ་མེད་ལས་སྐྱེས་པ་མང་བ་ཞིག་དགོས།
 གལ་སྲིད་རང་གིས་བུ་མོ་ཞིག་སྐྱེས་ན་དེ་ལ་བུ་འེ་མིང་ཞིག་འདོགས་ན་ཕན།

禁忌，在民间的通俗说法是“忌讳”。它是以民间信仰做为本质内核
 而派生出来，限制社会成员行动和语言的概念和作法。一方面，他们
 对受尊敬的事物视为神明，不准亵渎、冒犯。另一方面又对受鄙视的

事物视为不吉，不许随意接触。禁忌的事象比比皆是，给生活涂上了一层神秘的色彩。

བཀག་བྱ། དམངས་ཁྱོད་དུ་ཡོངས་གྲགས་གྱི་བཤད་སྲོལ་ལ་འཛེམས་བྱ་བའི་
དེ་ནི་དམངས་ཁྱོད་གྱི་དད་པས་སེམས་ནང་ནས་ཕྱིར་འབྱུང་བྱས་ཤིང་། སྤྱི་ཚོགས་
ཐོག་གི་མི་རྣམས་ཀྱི་སྐད་ཆ་དང་བྱ་སློང་ལ་ཚོད་འཛིན་བྱེད་སྤངས་ཤིག་རེད།
སྤྱགས་གཅིག་ནི། ཁོ་ཚོས་དད་གུས་བྱ་ཡུལ་གྱི་དངོས་ཚན་རྣམས་ལ་གསང་བ་
བསམ་གྱིས་མི་བྱབ་པའི་ཐུན་མིན་གྱི་ནུས་པ་ཞིག་ཡོད་པར་མཚོན་པའི་ཆེད་དུ་
དམའ་འཕེབས་དང་། མ་གུས་པ་བྱེད་མི་ཚོགས་པ་རེད། སྤྱགས་གཞན་ཞིག་ནས་ཁོ་
ཚོས་ལྟས་ངན་དུ་འདོད་པའི་དངོས་ཚན་རྣམས་ལ་བཀྲ་མི་ཤིས་པར་མཚོན་པའི་
ཆེད་དུ། དངོས་པོ་དེ་ལ་གང་བྱུང་གིས་བྱག་རིག་བྱེད་མི་ཚོགས་པར་བཤད་ནས།
དོན་དངོས་ཀྱི་འཚོ་བ་འདིར། གསང་བ་བསམ་མི་བྱབ་པའི་འཇའ་ཚོན་རིམ་པ་
ཞིག་གིས་ཕྱི་ནས་གཡོག་ཅིང་ཡོད་པ་ཞིག་རེད།

岁时节日禁忌。在正月初一忌说不吉利的话，不许父母打小孩，以免闹得不愉快。初三以前不能往外倒垃圾，那样会舍财，各家都争着往水缸里添水和背柴草，认为可以增加财富。初一、十五一般不能看望病人，因为，这两天是敬鬼神的日子，平时看病人以上午为宜。润城一带的人讲究“七不出门，八不回家”，即阴历初七这一天不离家，在外做事的人回家要避过阴历初八。出门的好日子一般是阴历的三、六、九。

ཟླ་བ་སོ་སོའི་འཛེམས་བྱའི་ཉི་མ། ཟླ་བ་དང་པོའི་ཚེས་གཅིག་ཉིན། བཀྲ་མི་
ཤིས་པའི་སྐད་ཆ་བཤད་མི་རུང་། ས་མས་ཕུ་གུ་བརྒྱུང་མི་རུང་། དེ་ལྟར་བྱས་ན་མི་
སྤྱིད་པ་སྤྱི་ཚོགས་འབྱུང་། ཚེས་གསུམ་གྱི་ཐོན་ལ་ནང་གི་གད་སྟོགས་ཕྱིར་འཁོར་
མི་རུང་། འཁོར་ན་ཡོངས་སློང་ཕྱིར་འཁོར། རུས་དེར་བྱིམ་ཆང་སོ་སོས་ཆུ་རྩ་
ཡིས་བཀང་བ་དང་། ཤིང་ཆང་ནང་དུ་འབྱུང་ཤིང་གསོགས་དགོས། དེ་ནི་ཁོར་
དང་ཡོངས་སློང་འཕེལ་ཐབས་ཡིན། ཚེས་གཅིག་དང་། བཙེལ་ལ་ནང་པ་བལྟ་

སར་འགྲོ་མི་རུང་། འདི་ནི་འབྲེ་གདོན་དར་བའི་ཉི་མ་ཞིག་ཡིན་པས་སོ། །རུས་
 རྒྱན་སྒྲོ་ནད་པ་བཟླ་སར་འགྲོ་བར་གཅེས། །ཤོང་སྒྲེའི་ནང་གི་མི་རྣམས་ཀྱིས་
 གཟབ་དགོས་པ་ནི། ཆོས་བརྟན་ལ་སྒྲོ་མི་བྱད། ཆོས་བརྟན་བྱིས་ཏུ་མི་ལོག་ །ཅིས་
 ཟེར། འདི་ནི་ཆོས་བརྟན་བྱིས་སུ་འགྲོ་ན་མི་ལོགས་པ་དང་། ཆོས་བརྟན་འགྲོན་པོ་
 རང་བྱིས་ཏུ་ལོག་ན་མི་ལོགས་ཞེས་པའི་དོན་ཡིན། བྱིས་སུ་འགྲོ་བའི་རུས་ནི་ཆོས་
 གསུམ། རུག་ །དགུ་བཅས་ལ་བཟང་ཞེས་ཟེར། །

ཞེས་པ་གནའ་པོའི་རིག་གནས་ཀྱི་གད་སྤྱོད་དེར་རུས་གཡང་རུ་ལེན་མཁན་རྣམས་ལ་ང་
 རྒྱུད་ཀྱི་ཚུལ་ཤར་དཔལ་སྤངས་པའི་ཅིས་རིག་སྤྱོད་བའི་རྒྱལ་ཁམས་པ་ཟུབ་བཟླ་ན་སྤྱོད་ཆོགས་
 དེས། སྤྱི་ལོ་༡༠༡༧ལོའི་ཟླ་༡༢པའི་ཆོས་ལུ་གུ་ལོ་ལྷོ་རུབ་མི་རིགས་སྤྱོད་གྲུའི་རང་ཤག་ནས་སྤྱིངས་
 སོ། །



ངན་པ་དགུ་འཛོམས་བོད་ཀྱི་གཅིས་ཚོར་

འཛོམས་མཁན་རྣམས་ལ་སྤྱིངས་པ།

2017.12.27

ཁྱིལ་༢༠༡༧ལོར་གསེར་རྟའི་མཁན་པོ་དག་དཔལ་ངེད་གཉིས་ངན་པ་དགུ་
འཛོམས་བོད་ལྷགས་ཡིན་མིན་སྐོར་ལ་ཚོད་པ་ཞིག་བྱང་བ་རེད། སྐབས་དེར་ངས་
ཁོང་ལ་ངན་པ་དགུ་འཛོམས་ཟེར་བ་དེ་རྒྱ་ལྷགས་ཡིན་པའི་སྐོར་བཤད་པས་དེ་ལ་
དག་དཔལ་ངེད་ཉིས་ཀྱི་ཚོད་པ་དེ་བྱང་བ་རེད། གཤམ་གྱི་ཚོམ་ཡིག་འདི་ནི་
མཁན་དག་དཔལ་གྱིས་ང་ལ་དགག་པ་དང་། ངས་དེ་ལ་དགག་ལན་བྲིས་པའི་
རུམ་བྱ་ཞིག་རེད། ད་ལོ་སྤང་ཡང་ཚོམ་པ་པོ་མིང་མེད་མཁན་ཞིག་གིས་ངན་པ་
དགུ་འཛོམས་བོད་ལྷགས་ཡིན་པའི་སྐོར་མཁན་དག་དཔལ་གྱི་གསུང་དེ་རྒྱབ་སྐྱོར་
གྱི་ཚུལ་རུ། བེད་ཀར་གྱི་ལུང་ཆོག་ཁ་ཤས་ཤིག་བྱངས་ཏེ་དེ་ལ་འགྲེལ་བཤད་
མདོར་བསྟུས་ཤིག་བྱས་འདུག །ངན་པ་དགུ་འཛོམས་རྒྱ་ནག་ནས་བསྐྱར་བ་ཡིན་
པའི་སྐོར་ལ། ངས་ལོ་གཉིས་ཀྱི་སྡོན་ནས་གསལ་བཤད་བྱས་ཡོད་པ་དེ་ལ་ཡང་
བསྐྱར་ཞིག་གཟིགས་རོགས། །སྡོན་གྱི་ཚོམ་ཡིག་རྒྱུང་པའི་རུམ་བྱ་ཞིག་ཡང་བསྐྱར་
རུ་གཏོང་བར།

ཉི་མ་ནག་ཆེན་ངན་པ་དགུ་འཛོམས་དང་།།

གྱུ་ཁང་ཡན་གྱིང་ས་སྤང་བརྟག་པ་སོགས།།

རྒྱ་ནག་ཡུལ་རུ་དོར་བའི་ཚོངས་དད་རིགས།།

བོད་ཡིག་ཡོད་ཀྱང་བོད་ཀྱི་རང་ལྷགས་མིན།།

【དག་དཔལ་གྱི་ཚོམ་ཡིག་རྒྱུང་པར།】 གསེར་རྟའི་སྤང་བྱི་ཅིས་རམས་པ་དག་
དཔལ་ན་རེ། དེ་ཡང་གོང་རུ་ངན་པ་དགུ་འཛོམས་བོད་ཀྱི་མིན་པའི་རྒྱ་མཆོན་ཅིས་
རིག་ཡིག་རྒྱུང་ལས་མ་མཐོང་བར་བཤད། དེ་ནི་ཁོང་རང་གིས་མ་མཐོང་བར་བྱང་

ཀྱི་ཤིན་རུ་གཤམ་ཆེན་གྱི་ཅིས་ཡིག་བཅན་པོ་བྲི་སྲོང་ཕྱེའུ་བཅན་གྱི་སྤྱུ་རུས་ནས་
ཡོད་པའི་ཅིས་ཡིག་བྲིས་སུ། བྱི་ལོ་༡༩༥༠་ལུགས་འབྲུག་ལོར་འབྲུངས་པའི་ཨོ་རྒྱན་
སངས་རྒྱལ་སྤྱིང་པས་གཏིར་བྱོན་དགོང་འདུས་སྐར་མཛོད་ལས། དབྱིད་ར་སྤྱག་
རྒྱའི་ཆོས་བདུན་ཉིན་གཟའ་ཉི་མ་ནག་པོ་དང་། ཞེས་དང་། ཞེས་པར།

【དགོ་དཔལ་གྱི་ཚོམ་ཡིག་རྩིང་པའི་ཚོད་ལན】 དེ་ལ་ཁོ་བོས་ལན་རུ། བྲི་སྲོང་
ཕྱེའུ་བཅན་སྐབས་སུ་རྒྱ་ཅིས་ཐོད་རུ་འགྱུར་བ་ཡོངས་གཤམ་གྱི་བཤད་སྲོལ་ཡོད་
པ་མ་མཐུན་ནམ། ཞིབ་པར་མཐུན་འདོད་ན་ཕྱེ་སྤྱིང་སངས་རྒྱལ་རྒྱ་མཚོས་མཛོད་
པའི་《བེ་དཀར་》དང་། དཔོན་པོ་ཀམ་ངེས་ལེགས་ཀྱིས་མཛོད་པའི་《ཉེར་མཁོ་
བུམ་བཟང་》སོགས་ལ་གཟིགས་པར་བྲ། རྒྱ་ཅིས་འབྲུལ་པ་ཅན་ཐོད་རུ་བྱུང་ཚུལ་
སྐོར། དཔོན་པོ་ཀམ་ངེས་ལེགས་ཀྱིས་མཛོད་པའི་ཅིས་གཞུང་《ཉེར་མཁོ་བུམ་
བཟང་》དཔལ་སྤྱངས་ཤིང་སྤྱར་མའི་ཤོག་ངོས་ལེགས་པར།

དོན་རུ་ཐོད་རུ་མེས་ཨོག་ཚོམ། །

ཡན་ལ་འབྲུལ་པ་མེད་མོད་ཀྱང་། །

དེ་སྤྱིས་ལ་བསྐྱུས་རྒྱ་མོ་བཟས། །

སྤྱིས་སྤྱོངས་མེས་དང་འདུས་པ་ལས། །

སྤྱིས་པོ་འབྲུངས་པ་ཆོ་སྲོང་བཟས། །

འཕྲོག་པའི་ཡི་ཐུག་ལ་བརྟེན་ནས། །

ས་དབྱུད་ཉམས་བརྒྱུག་ཅིས་ཀྱི་གཞི། །

ལོ་སར་རྒྱ་བ་གང་ཡིན་པ། །

ང་ལ་མ་འདྲི་རྒྱལ་ལ་དྲིས། །

ཞེས་པའི་མདོ་སྤྱོད་ཀོལ་བྱ་རྒྱུང་། །

བཙམས་ནས་ཐམས་ཅད་འབྲུགས་བརྒྱུག་པས། །

རྩིས་སུ་བུས་མ་ངོ་ཤེས་རུས། །

ལེགས་པར་བཅོས་ཀྱང་འཕྲོ་ལུས་པའི། །

རྒྱུ་འབྲུང་ཉོར་ལྷ་བརྩུ་གཉིས་པ། །

སྤྲུག་ལྷར་འདོད་པ་འདི་བྱུང་ཞིང་། །

ཞེས་སོགས་བྲི་སྲོང་སྐབས་སུ་རྒྱ་ཅིས་བྱུང་བ་མ་ཟད་རྩོན་བཙོས་བྱས་པའི་
རྒྱ་ཅིས་ཀྱང་བྱུང་ཡོད་པ་རེད། བོད་ཅིས་ནང་དུ་གཟུང་ཉི་མ་ནག་པོ་ཟེར་བ་ཞིག་
མ་མཐོང་ཡང་། བྱིད་ཀྱིས་གསུང་པ་དེ་པལ་ཆེར་ཉི་ནག་ཡིན་པ་འདྲ། དེ་ལྟར་ན།
དབྱིད་ར་སྤྲུག་ལྷའི་ཆོས་བརྩུན་ཉི་ནག་ཡིན་ཀྱང་དེ་ནི་རྒྱ་ནག་ནས་བསྐྱར་བའི་
ཅིས་རིག་ཡིན་པ་བོད་ཀྱི་ཅིས་དཔེ་ཐམས་ཅད་ནང་གསལ་པོར་གསུངས་ཡོད་པ་
རེད། བྱིད་ཀྱིས་ཁུངས་སུ་བྱུང་བའི་《དགོངས་འདུས་སྐར་མཛོད་》ནི། སངས་རྒྱས་
སྲིད་པས་རྒྱ་གར་དང་། རྒྱ་ནག་། བོན་ལུགས་ནམས་ཉ་ཉུག་དུ་བསྐྱེས་ནས་
བསྐྱེགས་ཏེ། བོད་ལྷ་བརྩུ་གཉིས་པ་དབྱིད་ར་སྤྲུག་ལྷ་འཛིན་པའི་དཔེ་ཆ་དེ། རུས་
ཕྱིས་བོད་ཀྱི་ཡོངས་གྲགས་སྤྲུགས་མཚུར་གཉིས་སུ་གྲགས་པ་གང་གིས་ཀྱང་དང་
ལེན་མེད་པའི་ཅིས་དཔེ་ཞིག་རེད། །

【ཚུམ་ཡིག་རྫིང་པའི་ཚོད་པ་བཞི་པ】 གསེར་རྩྱའི་ལྷ་བྱུང་གི་ཅིས་རམས་པ་དག་
དཔལ་ན་རེ། ཁྱིལ་ ༡༩༥༧ མེ་ཡོས་ལོར་བཙམས་པའི་བརྩུན་བཙོས་བེ་དཀར་གྱི་
འབྲུང་ཅིས་ཆོས་རྒྱའི་ས་བདག་སྐབས། ལྷ་ད་ཆ། འོག་ངོས་ ༢༩༦ པར། བྲིང་ ༥ པར།

ཉི་མ་ནག་ཆེན་ཞེས་གྲགས་པ། །

ཡ་བརྩུད་དོ་རྩེ་སྒྲིག་བྲིང་དང་། །

ས་སྒྲིན་འབར་མ་བྱ་བ་ལ། །

བྱ་ནི་རྩ་དུ་ལ་ཞེས་དང་། །

བྱ་མོ་འཕྲོག་སྲིང་རྒྱ་སྒྲིན་གདོང་། །

དེ་འོག་སྤྲུག་སྲིང་ཚོར་གདོང་དང་། །

དེ་འོག་གོང་སྲིང་བ་ཡང་གདོང་། །

རྒྱུང་བ་བམ་སྲིང་བྱེད་གདོང་བཞི། །

དེ་ནས་རྩ་དུས་རི་རབ་ལ། །

གཡས་བསྐྱོར་བམ་སྲིང་གཡོན་བསྐྱོར་བས། །

དབྱིད་རའི་ཆོས་བརྟན་མཐོལ་ཤོར་དུས།

འདི་ལ་ངན་པ་དགུ་འཛོམ་ཞེས།

འོག་རྒྱང་སྤྱིང་དང་སྤྱིང་རྒྱང་འོག།

ཐད་རྒྱང་འབྲུག་ཅིང་འབྲུང་ལྔ་འབྲུག།

བཅན་དུག་ལྟ་བུའི་ཉི་འཆར་ཞེས།

ཞེས་ངན་པ་དགུ་འཛོམ་ནི་ཉི་ནག་གིས་འབྲས་བུར་གསལ་བར་གསུངས་པ་
དང་། ཞེས་པར།

【དགོ་དཔལ་གྱི་ཚྭ་ཡིག་དེའི་ཚྭ་ལན་བཞི་པ།】 དེ་ལ་ཁོ་བོས་ལན་དུ། དེང་
དུས་ལུགས་ཀྱི་བསྟན་བཅོས་ཚྭ་པ་པོ་ངོས་འཛིན་ལྟར་ན། 《བེ་དཀར་》ནི་སྤེ་
སྤྱིད་ཀྱིས་སྟོགས་བསྟེགས་བྱས་པ་ཞིག་རེད་མ་གཏོགས། གསར་ཚྭ་བྱས་པ་ཞིག་
མ་ཡིན་པ་སྟུག་ཀྱང་ཤེས་སྟེ། འདིའི་ནང་དུ་མང་ཆེ་བ་ནི་གནའ་བོའི་བོན་ལུགས་
ཀྱི་འབྲུང་ཅིས་ཡིན་པ་ད་ལྟ་པོ་རྒྱ་ལའི་དཔེ་མཛོད་དུ་བཞགས་པའི་སྤེ་སྤྱིད་སངས་
རྒྱས་རྒྱ་མཚོས་《བེ་དཀར་》ཚྭ་བསྟེགས་བྱེད་པའི་སྐབས་སུ་དབྱེད་ཡིག་ཡིན་
པར་གྲགས་པ་འདི་དག་ལ་གཟིགས་དང་། དེ་དག་ཕལ་ཆེར་བོན་གྱི་ཡིག་ཆ་རྙིང་
པ་བསྐྱར་བཅོས་གང་ཡང་མ་བྱས་པ་ད་ལྟར་ཡང་བཞགས་ཡོད་པ་འདི་དག་ཡིན་
ཞིང་། 《བེ་དཀར་》ནང་དུ་གཙོ་བོ་བོན་གྱི་འབྲུང་ཅིས་དང་། དུས་འཁོར་སྐར་ཅིས།
རྒྱ་ཅིས་རྙིང་མ་རྣམས་སྟོགས་བསྟེགས་མཛད་པ་ཡོངས་གསལ་རེད། འོན་ཀྱང་རྒྱ་
ཅིས་རྙིང་མ་འདི་དག་ཁྱད་སྤྲོད་པ་ཞིག་མ་ཡིན་པའི་ཚུལ་འཇམ་མགོན་ཀོང་
སྟུལ་ཡོན་ཏན་རྒྱ་མཚོའི་《ཤེས་བྱ་ཀུན་ཐུབ་》ལས་① “བོད་འདིར་ཐོག་མར་གོང་
ངོ་སྤྱི་སྤྱིས་རྒྱ་ནག་གི་ཅིས་གཞུང་བསྐྱམས་ཏེ་སྟོལ་བྱེས། སྤྱི་དར་ལ་ལོ་རྒྱུ་བ་ཁམས་
པ་ཁྲ་མོ་དང་། པརྟེ་ཏ་ཟླ་བ་ནག་པོ། ཁྱད་ནག་ཤུག་དར་རྒྱས་སོགས་ཀྱིས་གསལ་
སྟོན་གྱིས་མཚོན་པའི་གཞུང་མང་པོ་བསྐྱར་བཤད་མཛད། སྤྱི་འབྱུར་རྣམས་གོང་
ངོ་སྤྱི་མས་བསྐྱར་མགོ་བསྐྱར་བ་དང་། འགའ་ཞིག་བོད་བསོད་ནམས་དམན་ཞིང་།

① མི་རིགས་དཔེ་སྟུན་ཁང་གི་པར་མའི་ཤོག་ངོས་༥༡་པར།

ཀྱ་ནག་གི་མི་ཞིག་ནག་པས་གནད་གསང་གི་སྒྲོར་མགོ་ནམས་སྤྲས་པ། མིན་པ་ལ་
ཡིན་པར་བཟུང་། རང་བཟོཾ་རིགས་པ་གསེར་རྩ་རྒྱུ་མས། རྟིང་པོཾ་འབྲས་བྱས་
སྟོངས་པཾ་བཤད་ཡམས་ལོ་མ་མང་པོས་ཤིན་ཏུ་བསྐྱད་ཆེ་བར་ཀྱ་ནག་དངོས་
དང་མཐུན་པཾ་གཞུང་མ་མཆིས། ཞེས་ཀྱ་ཅིས་རྟིང་མཾ་ནང་རྩ་ཅིས་རྩུན་ཡོད་པ་
གོང་སྤྱལ་ཡོན་ཏན་ཀྱ་མཆོས་ཀྱང་གསལ་པོར་གསུངས་འདུག །དེ་ལས་གོང་རྩ་
ཉིད་ཀྱིས་བྲངས་པཾ་《བི་དཀར་》གྱི་ལྷང་འདི་ནི་གནའ་རྩས་ཀྱ་ཅིས་བོད་རྩ་
བསྐྱར་བཾ་ས་བདག་ཤོག་ཁྲཾ་ལེའུ་ཡིན་ཏེ། ས་བདག་ཁ་ཤས་གྱི་མིང་ཀྱ་སྐད་
རང་སོར་འཛོག་ཡོད་པ་དཔེར་ན། སང་གི་དང་། པི་ལིང་ལྷ་བྱ་ནམས་སོ། །དེའང་
ཁྱོད་རང་གིས་ལྷང་བྲངས་པཾ་ལེ་ཆོན་དེཾ་ཤོག་ངོས་༡༠༥ལ་གཟིགས་དང་། “ཀྱ་
ནག་སྐད་རྩ་འབྲུག་རྩེ་བེར། །བོད་རྩ་ནང་ལྷ་ཞེས་པ་ནི།” ཞེས་དང་། ཡང་། ཤོག་
ངོས་༡༧པཾ་ངོས་སུ།

ཡང་ནི་གནམ་གྱི་ནག་པོ་འདིར། །

ཀྱ་ཅིས་གསར་རྟིང་ནམ་པ་གཉིས། །

རྟིང་མ་ཟླ་བ་གང་ཤར་འདུག།

མདུན་བྱར་ཁ་རྩ་མགོ་བོ་ཡང་། །

གསར་མ་དེ་ལས་སྟོག་པ་སྟེ། །

ཅེས་སོགས་ཀྱ་སྐད་ནས་བོད་ཡིག་རྩ་བསྐྱར་བཾ་སྒྲོར་གསལ་པོར་གསུངས་
ཡོད་པ་རེད། དེས་ན་ཁོ་བོས་ཀྱང་ཉི་མ་ནག་པོ་དང་། ངན་པ་དགྲ་འཛོམས་བེར་
བ་དེ་ནམས་ཀྱ་ནག་ལྷགས་ཡིན་པ་སྤྱབ་བྱེད་བྱེད་ཀྱིས་བྲངས་པཾ་ལྷང་འདི་དག་
ཡིན་ནོ། །ལྷགས་རྩེ་ཆེ། ལྷགས་བསམ་བཞེས་ཞིང་བཀའ་ཚོལ་གནང་ན་ལེགས་སོ། །

སྐར་ཡང་དུ་ལོཾ་གསལ་བཤད།

འདིར་སྟོན་མཁན་དགོ་དཔལ་ལ་སྤལ་བཾ་ལན་དེཾ་ཤོག་རྩ་ཁ་སྟོན་མདོར་
བསྐྱས་ཅོམ་ཁྱབར། གལ་སྲིད་ཀྱ་ལྷགས་ངན་པ་དགྲ་འཛོམས་ལ་དད་པ་ཡོད་
ན། བརྩ་གཅིག་པཾ་ཆོས་བདུན་ཞེས་པ་ཀྱ་ཅིས་རྟིང་པ་ནོར་འབྲལ་ཅན་དེཾ་
ལྷགས་རེད། ཀྱ་ཅིས་ཀྱང་དག་གི་ངན་པ་དགྲ་འཛོམས་ནི། དབྱིད་ར་སྟག་ཟླ་སྟེ་

ཟླ་བ་དང་པོའི་ཚེས་བརྒྱུན་ཡིན་པ་དེར་རུས་ཤེས་གསལ་ལྟར་དང་། ཟུ་ཅིས་ཉིང་
མ་དེ་ནོར་འབྲུལ་ཅན་ཡིན་ཚུལ་གོང་དུ་དཔོན་པོ་ཀམ་ངེས་ལེགས་ཀྱི་གསུང་རུམ་
བུ་ལྟར་དྲངས་པ་དེ་ལ་གཟིགས་པས་འབྱས། དེར་རུས་ཟུ་ལུགས་ཀྱང་དག་གི་
དབྱིད་ར་སྟག་ཟླའི་ཚེས་བརྒྱུན་ཞེས་པ་ཞིང་ཅིས་ཟླ་བ་དང་པོའི་ཚེས་བརྒྱུན་ཡིན་
པ་ཚང་མས་མཁྱེན་གསལ་ལྟར་རེད། བེ་དཀར་ལས། དབྱིད་རའི་ཚེས་བརྒྱུན་
མཚོལ་ཤོར་རུས། །འདི་ལ་ངན་པ་དགུ་འཛོམས་ཟེར། ཞེས་ཉིན་དེ་ནི་ར་སྟ་དང་
བམ་སྤིང་གཉིས་མཚོལ་ཤོར་བའི་རུས་ཡིན་པ་དང་། དེ་ནས་སྐྱེས་པ་དང་རྩོལ་
བའི་རུས་ཀྱང་ངན་པ་ཐ་ཆད་ཀྱི་ཉིན་ཡིན་པར་བཤད་དེ། ཟླ་བ་རེའི་ནང་ཉི་མ་ག་
རིགས་གསུམ་རེ་ཡོད་པར་བཤད་དེ། བེ་དཀར་ལས། དབྱིད་འབྲིང་བརྒྱ་བཞི་
སྐྱེས་པའི་རུས། །དབྱིད་ཐའི་ཉེར་གཅིག་རྩོལ་བའི་རུས། ཞེས་གསལ་བ་དང་། དེ་
བཞིན་དུ་རུས་ཚོགས་སོ་སོའི་ནང་དུ་ཉི་མ་ག་ངན་པ་དགུ་འཛོམས་གསུམ་རེ་ཡོད་དེ།
བེ་དཀར་ལས། སྤྲད་ཆ། ཤོག་ངོས་༡༩༤པར། བྲིང་༡པར།

དབྱིད་རའི་ཚེས་བརྒྱུན་མཚོལ་ཚོར་རུས། །

འདི་ལ་ངན་པ་དགུ་འཛོམས་ཟེར། །

དབྱིད་འབྲིང་བརྒྱ་བཞི་སྐྱེས་པའི་རུས། །

དབྱིད་ཐའི་ཉེར་གཅིག་རྩོལ་བའི་རུས། །

དབྱར་རའི་ཚེས་བརྒྱུད་སྟག་སྤིང་མཚོལ། །

དབྱར་འབྲིང་བརྒྱ་དུག་ཁྲག་གོད་སྐྱེས། །

དབྱར་ཐའི་ཉེར་བཞི་གོད་པ་རྩོལ། །

སྟོན་རའི་དགུ་ལ་གོང་སྟོན་མཚོལ། །

སྟོན་འབྲིང་བཅོ་བརྒྱུད་ལུགས་གོད་སྐྱེས། །

ཐ་ཆད་ཉེར་བརྒྱུན་གོད་པ་རྩོལ། །

དགུ་རའི་ཚེས་བརྒྱ་བམ་སྤིང་མཚོལ། །

དགུན་འབྲིང་ཉི་ཤུ་ཆ་གོད་སྐྱེས། །

དགུན་ཐའི་གནམ་གང་ལུགས་པ་རྩོལ། །

སྒྱིར་ན་ཤེ་གསོན་བྱ་བ་ངན། །

ཁྱད་པར་ནོར་ཇུས་ཕྱིར་གཏོང་དང་། །

དབང་རབ་བག་མ་མཁར་ལས་དང་། །

དགེ་བཤེས་ཆེ་འདོན་རྩུར་གདབ་ཆོང་། །

དགེ་ལས་དཀར་པོའི་སྤྱགས་མི་བྱ། །

ངན་ཐབས་དག་ལ་འདི་དང་བསྐྱུན། །

ཁྱད་པར་དམིགས་བསལ་ཟླ་འབྲས་ལྟར། །

འཇོམ་པ་གཅེས་སོ་ཤེས་ལྟན་དག །

ཞེས་སོགས་གསུངས། དེ་ལྟར་ལྟ་སྒྲུང་ནང་གི་ལྟ་འདྲེ་གཞིལ་ཤོར་བའི་ཐན་སྤྱག་
སྒྲིས་པའི་རྒྱུན་གྱིས་ཐན་ལྟས་འབྱུང་བའི་རྩུས་དེ་དག་ལ་ལས་དང་བྱ་གང་བྱས་
ངན་པ་ཡིན་ཞེས་བཤད་པ་ནི་གནའ་པོའི་ཚོངས་དད་ཀྱི་བཤད་སྟོལ་ཅམ་ཡིན་
པར་རིག་གཞུང་ཞིབ་འཇུག་པ་རྣམས་ཀྱིས་ཤེས་པར་གྱིས་ཤིག །

གནའ་པོའི་གད་སྤྱིགས་གསེར་ལྟར་གཅེས། །

དེང་རབས་ཚན་རིག་སྤྱད་ལྟར་སྤྱད། །

འཇོམ་སྤྱིང་སྤྱི་ལྷགས་མི་ཤེས་པའི། །

གངས་ཅན་བོད་ཀྱི་མདུན་ལམ་གང་། །

ཞེས་པ་དེང་རྩུས་ངན་པ་དག་འཇོམས་ཟེར་བའི་ཉིན་ངན་པ་ཞིག་ཡོད་པར་འདོད་མཁན་
རྣམས་ལ་གསལ་བཤད་གནད་བསྐྱེས་འདི་ནི་ཡང་བསྐྱར་དུ་རྒྱལ་ཁམས་པ་ཐུབ་བསྐྱེན་སྤྱན་
ཚོགས་དེས་སྤྱི་ལོ་༢༠༡༧ལོའི་ཟླ་བ་༡༢པའི་ཚེས་༢༧ཉིན་སྤྱིངས་སོ། །

ལྷ་རྩ་བཅུ་ལྷག་གསུམ་གྱིས་བོད་ཁམས་རྣམ་ལ་

སྒྲུབ་བྱེད་ཀྱི་གདམས་ངག་

2017.12.30

ཆོས་སྤྱིད་གང་གིས་ཆེ་ཆུ་ཆོས། །
ལྷ་རྩ་སྤྱིར་བཏུ་མ་འགྲུབ་པའི། །
བོད་ཁམས་ཡར་རྒྱས་གཏོང་འདོད་ན། །
རྣམ་པ་པ་མ་གཉིས་ལ་ལྷན། །
རང་ལ་ཡོད་པའི་སྤུ་གྲུ་རྣམས། །
ཡིག་ཆོངས་གཅིག་ཀྱང་མེད་པ་ཞིག།
བྱེད་མིན་པ་མ་གཉིས་ལ་རག།
རྣམ་མིན་ཐེ་ཆོམ་བྲལ་བ་རེད། །
གལ་སྤྱིད་མི་ཆང་འགའ་ཞིག་ལ། །
དཔལ་འབྱོར་དཀའ་ངལ་ཡོད་པ་ན། །
པ་མ་གཉིས་དང་སྒྲིམ་མཁའ་བར། །
འབྲེལ་འདྲིས་གྱིས་དང་རོགས་སྦྱོར་ཐོབ། །
སྤྱིར་རྩེ་ཅན་དང་འབྱོར་ལྷན་ཆོས། །
སྦྱོབ་ཡོན་གནང་དང་དགེ་འབྱུར་ཆེ། །
སྤྱིར་གྲུང་ལྷན་པའི་ཤན་པ་དང་། །
པག་ལྷན་ཅན་གྱི་དད་ལྷན་གཉིས། །
དུད་འགྲོ་བཤས་ཉི་བྱས་པའི་སྦྱོར། །
བོད་སྤྱི་བསྐྱེད་དང་དགེ་འབྱུར་ཆེ། །
ལྷ་རྩ་སྤུ་ཅན་གྱི་རྩེས། །
པ་མ་ཆས་ཀྱང་བྱ་རྒྱུ་དར། །

སྤྱི་ལོ་འབྲོར་རིག་གསུམ་རྒྱས་པ་ཡི། །
 ཡུའུ་ཐའེ་ (犹太) འདྲ་བའི་བོད་པ་ཡོང་། །
 འདི་ལ་འགྲུབ་མིན་ཐེ་ཚོམ་མེད། །
 བསྐྱབ་མིན་རང་རང་སློལ་དྲིས། །
 ཡོན་ཏན་མེད་པའི་མི་རིགས་དེ། །
 གང་དུ་སོང་ཡང་བྲན་གྱི་རིགས། །
 དགེ་བཅུའི་བྲིམས་སློལ་འབངས་ལ་བསྐྱགས། །
 མྱི་གསོད་སླ་མ་ཇི་མང་རེད། །
 ཏ་ཤང་དཀར་ཟས་ལོ་དགུ་སྤེལ། །
 བོད་ལྷགས་འབྲོག་སྤེ་བྱེད་ཀ་སྟོང་། །
 དགོས་པའི་རང་རིགས་མི་བསྐྱུང་བ། །
 མི་རྒྱས་རིགས་རྒྱག་མགོན་བསྐྱབས་བཙོན། །
 རྒྱལ་ཁམས་བསྐྱོར་བའི་བདེན་གཏམ་འདི། །
 རྒྱ་སློང་གི་གསུངས་ལས་ལྷག།

ཅེས་ཆོས་དད་དང་བོད་ཞེན་གཉིས་ཀ་མེད་པའི་རྒྱལ་ཁམས་པ་ཐུབ་བསྟན་ཕུན་ཚོགས་
 དེས་འཇིག་རྟེན་ཆོས་ཉིད་ཀྱི་བདེན་པའི་སྤང་ཚུལ་རྣམས་རང་རིགས་སྤྱན་རླབས་ལ་ལོ་
 གསར་པའི་ལེགས་སྐྱེས་ཀྱི་ཚུལ་དུ་སྤྱི་ལོ་༢༠༡༧ལོའི་ཟླ་བ་༡༢པའི་ཆོས་༡༠ཉིན་རྒྱ་ནག་ཁྲིམ་ཏུའི་
 སྤང་གི་ལྟ་རུབ་མི་རིགས་སློབ་གྲྭ་ཆེན་མོའི་རང་ཤག་ནས་སྤྲིངས། །

推进藏族文明发展指南

藏族人民要改变贫穷落后的面貌就必须狠抓全民教育，提高整体文化素质。在三十年内藏族人民想发展、想致富必须从教育入手，从家庭做起，家长要努力抓教育，将自己的孩子送去读书，起码要读完高中以上。这样三十年后藏族全民就会成为有教养、有文化、高素质的民族。所以只要大家认识到教育的重要性，才会有出路，这个目标是完全能够实现的。现在藏族有钱人肯为教育文化出钱人的并不多，

他们的钱多数用于供神、放生，还有赌博等。这方面我们要学习汉族培养孩子读书的观念，“砸锅卖铁”都要送子女读书。这个观念的是伟大的，是进步的开始，也是一个民族的重生。

如果我们今生只是关心和帮助“六道轮回”的众生，只顾自己修来生，而忽视了现在存在的价值，忽视家庭教育观念，尤其忽视培养孩子、敬老爱幼的责任，以及忽视民族的未来，就是对自己不负责、对家庭不负责，也是对自己民族不负责。

所以我们呼吁所有人，要自觉抓教育，从现在做起、从自己做起、从孩子抓起，互帮互助，家长要自觉完成让孩子有学上，有书读的使命和责任。同时也呼吁有钱人，慷慨解囊，帮助家庭贫困的孩子接受教育，不要把金钱浪费在无意义的事情上，这才是有利于社会进步、民族发展。

2018 ལོའི་ཚུམ་ཡིག་ཐོར་བྲ།

ལས་ཆིག་དང་འབྲེལ་བའི་མིང་རྒྱང་བྲལ་ཚུལ་ལ་དབྱད་པ།

2018.1.18

བདག་གཞན་མ་རྟོགས་བརྩོན་དེ། །
སྤུལ་རྟོགས་ཙུང་བའི་གཞུང་དང་འགལ། །
དུས་གསུམ་ཁོ་ན་བསམ་པ་ཡིས། །
ལས་ཆིག་འཇུག་པས་བོད་སྐད་འབྲུགས། །

བྱ་བྱེད་ཐ་མི་དད་པ་རྣམས། །
དུས་གསུམ་ཁོ་ན་འོ་དོན་ལ་འཇུག།
ཐ་དད་བདག་གཞན་ཤེད་མཚུངས་ཅན། །
དངོས་པོ་བདག་གཞན་ཆེད་དུ་འང་འཇུག།

ལས་ཆིག་གི་བསྟན་བྱ་ཡིན་ན་དུས་གསུམ་ཁོ་ན་ཡིན་པས་མ་ཁྱབ་སྟེ། བྱ་བྱེད་
ཐ་དད་པའི་ལས་ཆིག་རྣམས་ཀྱིས་དངོས་པོ་བདག་གཞན་གྱི་དབྱེ་བ་ཡང་བསྟན་
ཡོད་པའི་ཕྱིར། དེས་ན་ལས་ཆིག་ལ་དུས་གསུམ་གྱི་དབྱེ་བ་སྟེ་ཆིག་པས་ཁྱབ་ཀྱང་།
བདག་གཞན་གྱི་དབྱེ་བ་ཡོད་པས་མ་ཁྱབ་སྟེ། བྱ་བྱེད་ཐ་མི་དད་པའི་ལས་ཆིག་
རྣམས་ལ་བདག་གཞན་གྱི་དབྱེ་བ་མེད་པའི་ཕྱིར། བྱ་བྱེད་ཐ་དད་པའི་ལས་ཆིག་
རྣམས་ཀྱི་བྱེད་ལས། ཙུང་བ་ལས།

ཅི་ཕྱིར་འཇུག་པར་བྱེད་ཅི་ན། །
ཕོ་ནི་འདས་དང་གཞན་བསྐྱབ་ཕྱིར། །
མ་ནིང་གཉིས་ཀ་ད་ལྟར་ཆེད། །
མོ་ནི་བདག་ད་མ་འོངས་ཕྱིར། །

ཤིན་རུ་མོ་ནི་མཉམ་ཕྱིར་རོ། །

སྤྱོན་འཇུག་པོ་བ་ཡིག་གི་དགོས་པ། ① རུས་གསུམ་ལས་བྱ་བྱེད་ཐ་དད་
 པའི་བྱ་ཆོག་བྱ་བ་བྱས་ཟིན་པ་འདས་པ་བསྐྱབ་པའི་ཕྱིར་དང་། ② དངོས་པོ་
 བདག་གཞན་གཉིས་ལས། གཞན་ཏེ་བྱེད་ཆོག་གི་ཁ་གཏད་རུ་ཡོད་པའི་བྱ་ལུལ་
 དང་འབྲེལ་བའི་བྱ་ཆོག་ལ་འཇུག་པ་ཡིན། **སྤྱོན་འཇུག་མ་ནིང་ག་ད་གཉིས་ནི།**
 ① དངོས་པོ་བདག་གཞན་གཉིས་ཀ་ལ་འཇུག་པ་དང་། ② རུས་གསུམ་ལས་ད་
 ལྟ་བུ་སྤྱོན་པའི་ཆེད་འཇུག་པ་དང་། **སྤྱོན་འཇུག་གི་མོ་འ་ཡིག་ནི།** ① དངོས་པོ་
 བདག་དང་། ② རུས་ད་ལྟ་བུ་དང་མ་འོངས་པ་གཉིས་སྤྱོན་པའི་ཆེད་རུ་འཇུག་
 པ། **སྤྱོན་འཇུག་གི་ཤིན་རུ་མོ་མ་ཡིག་ནི།** ① སྒར་བཤད་པའི་བདག་གཞན་
 དང་། ② རུས་གསུམ་གྱི་བྱེ་བྱག་མེད་པར་ཐམས་ཅད་ལ་མཉམ་པ་སྟེ་མཚུངས་
 པ་ཉིད་བསྐྱབ་པའི་ཕྱིར་འཇུག་གོ་ཞེས་སོ། །ཤོང་གི་ཚ་བའི་གནད་འདི་མ་ཤེས་
 པའི་སྤྱོན་གྱིས་དེར་རུས་ལས་ཆོག་གི་འཇུག་པ་ཐམས་ཅད་རུས་གསུམ་ཁོ་ན་ལས་
 དངོས་པོ་བདག་གཞན་གྱི་འཇུག་སྟོ་ཡོད་པ་སྟོ་ལུལ་རུ་མ་ཤར་པའི་སྤྱོན་གྱིས་
 ཡིག་ཀོར་ཆར་རྒྱན་ལྟར་འབབ་པའི་རྒྱ་སྤྱོན་གཙོ་བོ་ཞིག་ཆགས་པ་རེད། སྤྱི་ལོའི་
 རུས་རབས་ཤོང་མའི་ལོ་རབས་བརྒྱད་ཅུ་པའི་ནང་རུ་བོད་ཀྱི་རིག་གནས་མཐའ་
 དག་བསྐྱར་གསོ་བྱེད་པའི་གོ་སྐབས་གསར་པ་ཞིག་བྱུང་པ་རེད། སྐབས་དེར་
 སྤྱོན་གྱི་མཁས་དབང་མང་པོ་ཞིག་བཞུགས་ཡོད་སྐབས་བོད་ཀྱི་སྤྱོན་རྒྱུགས་དག་
 གསུམ་གྱི་བསྟན་པ་ཉི་མ་བཞིན་ཤར་ཡོད། འོན་ཀྱང་རུས་རབས་ཉེར་གཅིག་
 པའི་ནང་རུ་སྤྱོན་པ་དང་སྤྱོན་གྱི་མཁས་པ་རྣམས་ནི་སྤྱི་གཤེགས། ད་ལྟའི་
 མཁས་པ་གསར་པ་རྣམས་ནི་གནའ་དེར་གཉིས་ཀར་ཡུགས་ཆོད་པ་ཞིག་མི་ཤེས་
 པའི་ཐོག་རུ་རྒྱུགས་འཇུག་སྐབས་ཀྱི་བྱ་བྱེད་ལས་གསུམ་དང་། བདག་གཞན་རུས་
 གསུམ་གྱི་རྣམ་གཞག་གསལ་པོར་མི་ཤེས་པར་ཆགས། ལྷག་པར་རུ་ལས་ཆོག་
 བེད་སྟོན་སྐབས་སུ་རུས་གསུམ་ཁོ་ན་ལ་བསམ་སྟོ་འཁོར་བ་ཅུ་མ་ལས། དངོས་
 པོ་བདག་གཞན་གྱི་འཇུག་སྟོ་ཡོད་པ་ཚ་བ་ནས་བརྗེད་ཟིན་པར་སྤྱང་། དེས་ན་
 ལས་ཆོག་གིས་ཀྱབ་པའི་མིང་རྒྱུད་སྐབས་སུ་བརྗེད་སྟོན་གྱི་སྤྱི་འགོས་མི་ཤེས་པས་

སྐྱུ་པ་པོ་དང་། ཚུམ་སྒྲིག་པ་སོགས་མིང་རྒྱང་འགའ་ཞིག་རྒྱ་མཚན་དུ་བཟུང་
ནས། ལས་ཆོག་ལས་གྲུབ་པའི་མིང་རྒྱང་ཡིན་ན་ཐམས་ཅད་དུས་ད་ལྟ་བའི་ལས་
ཆོག་དགོས་པའི་འབྲུལ་རྟོགས་ཤིག་འཆར་རྟེ། སྡོན་གྱི་མཁས་པ་རྣམས་ཀྱིས་བོད་
ཀྱི་སྐད་གཤིས་དང་བརྟ་སྟོད་རིག་པའི་འགྲོས་ལྟར་གཏན་འབེབས་བྱས་ཟིན་པའི་
“རྒྱང་བསྐྱགས་”ཞེས་པའི་མིང་དེ་བབ་ཚལ་དུ་“རྒྱང་སྒྲིག་”ཅེས་བསྒྱུར་ཅིང་སྤ་
བཅད་ནས་རྒྱ་བའི་རྒྱ་དུ་འདོགས་པའི་དཔེ་འདི་བྱང་བ་རེད། །

དུས་འདས་པའི་ལས་ཆོག་གིས་གྲུབ་པའི་མིང་རྒྱང་།

དེ་ཡང་ཡིག་ཚང་རྟིང་པ་རྣམས་ལས། དངོས་པོ་བདག་གཞན་གང་དང་
འབྲེལ་བ་ཏུ་ཅང་ཁ་གསལ་མ་ཡིན་པའི་མིང་རྒྱང་རྣམས་སྤྱི་བཏང་དུས་འདས་པ་
ལ་འཇུག་པའི་ལས་ཆོག་དེ་བོད་སྟོད་བྱེད་སྟོལ་ཡོད་འཇུག །དཔེར་ན། དྲིལ་
བསྐྱགས། རྟོགས་བསྐྱགས། གཤམ་བསྐྱགས། གཏོར་བཤེགས། བསྐྱོམ་བསྐྱུས།
བསྐྱོག་པ། བྱད་བསྐྱོག་ཐན་བསྐྱོག་དག་བསྐྱོག་དག་མནན། །གསར་བསྐྱུན་ལ་
སོགས་པ་ནི་དུས་འདས་པ་དང་འབྲེལ་བའི་ལས་ཆོག་གིས་གྲུབ་པ་ཡིན་འཇུག །
དུས་འདས་པ་དང་འབྲེལ་བའི་ལས་ཆོག་རྣམས་ནི་དངོས་པོ་བདག་གཞན་
གཉིས་ཀ་དང་འབྲེལ་ནས་བྱས་ཟིན་པའི་ལས་ཆོག་ཡིན་སྟབས་སྐབས་ཐོབ་ཀྱི་
མིང་རྒྱང་དེ་དངོས་པོ་བདག་གཞན་གང་དང་འབྲེལ་བ་གཙོ་བོ་ཡིན་མིན་གསལ་
པོར་མི་དགོས་པའི་རིགས་ཤིག་ཡིན། དེ་དང་འབྲེལ་བའི་དེང་དུས་ཀྱི་མིང་ཆོག་
གསར་པ་ལ། རྒྱང་བསྐྱགས། ཚུམ་བསྐྱགས་སོགས་བྱང་བ་རེད།

དམིགས་གསལ་དུ་སྡོན་རྗེས་མིང་གསུམ་པོ་ཐམས་ཅད་པོ་ཡིག་སྐྱ་གདངས་
དག་པོ་ཅན་ཤ་སྟག་འཕྲད་པའི་སྐབས་སུ། མིང་མཐའ་འདྲེན་སྐབས་བརྗོད་
བདེའི་དབང་གིས་སྡོན་འཇུག་བ་ཡིག་དབྱེ་ཞིང་མིང་རྒྱང་བསྐྱབས་ཡོད་པའང་
ཡོད་འཇུག །དཔེར་ན། རྒྱབས་གནས། རྒྱབས་མགོན། རྒྱབས་རྗེ། རྒྱབས་
སྤ་མཆི། གཡང་རྒྱབས། རྒྱབས་འགོ་ལ་སོགས་པ་ལྟ་བུ་རྣམས་འདས་ཆོག་གི་
སྡོན་འཇུག་ཕྱིས་ནས་བསྐྱབ་པའི་མིང་རྒྱང་ཡིན། གནའ་པོའི་དུས་སྡོན་རྗེས་མིང་
གསུམ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྐྱ་བྱར་ཐོན་པ་སྟོག་ཅིང་ཡོད་སྟབས། ཡི་གེ་སོ་སོའི་པོ་མ་མ་

ནིང་སོགས་ཀྱི་སྤྱི་གདང་དྲག་ཞན་གྱིས་ཡིག་གཟུགས་ལའང་གོང་གསལ་ལྟར་
 འགྱུར་ཞིང་ཡོད་པའི་སྒྲོར། སི་རུའི་འགྲེལ་ཆེན་ལས། “གཞན་ཡང་རྒྱ་གར་ཞེས་
 པ་རྒྱ་ལས་ལོགས་སུ་གར་བའི་དོན་ཡིན་ཞེས་འཆད་ཅིང་། རྒྱ་དཀར་པོའི་དོན་
 རུ་འདོད་པ་རྣམས་ལ་གཏི་ཐུག་ལུང་མེད་རུ་ཅི་བར་མཛད་ཀྱང་། ལེགས་པར་
 བརྟགས་ན་ཅིར་འགྱུར་མི་ཤེས་ཏེ། རྒྱ་ནག་པོ་ཞེས་པ་ཡུལ་དེའི་མི་རྣམས་ཀྱི་ཞུ་
 མོས་སོགས་ནག་པོ་ཤས་ཆེ་བ་ལས་གྲགས་ཤིང་། གཅིག་ཤོས་དེ་ལས་བསྐྱོག་པའི་
 ཕྱིར། རྒྱ་ནག་གི་ལྷས་དངས་པའི་རྒྱ་དཀར་པོ་ཞེས་བོད་རུ་གྲགས་པར་བཟད་མོད།
 འོན་ཀྱང་མིང་མཐའ་འདྲེན་ཚུལ་གྱིས་སྔོན་འཇུག་མ་ནིང་ད་ཡིག་ཕྱིས། མིང་
 གཞིའི་རང་སྤེའི་མོ་ཡིག་རུ་བསྐྱུར་བས་རྒྱ་གར་ཞེས་གྲུབ་པར་འཁུམས་པས་སོ། །
 དེ་བཞིན་རུ་སྤྲད་ཀོར་དང་། སྤྲད་ཀོར་དང་། སྤད་ཀོར་སོགས་ཀྱང་སྒྲོར་བའི་
 དོན་ལ། སྤ་མའི་རྩེས་འཇུག་གི་དབང་ལས་ས་མགོ་མོ་ཡིག་ཡིན་པས་ཕྱིས་པ་སྟེ།
 སྒྲོར་བའི་སྤྲད་དོད་ཡོད་མེད་ཅད་གཅོད་མི་དགོས་ཤིང་། མོ་སྒྲོར། ཉེ་སྒྲོར་
 སོགས་ལ་ས་མགོ་དེས་པར་སྐྱུར་དགོས་པ་ལྟ་བུའང་གོ་བར་བྱའོ།” ཞེས་པ་སྐབས་
 འགར་སྔོན་རྩེས་ཡི་གེའི་དབང་གིས་མགོ་འདོགས་མེད་པར་གྱུར་པ་དང་། སྤ་
 གདངས་དྲག་ཞན་གྱི་དབང་གིས་སྤེ་བ་གཅིག་པའི་ཡི་གེ་རྣམས་ཀྱི་མིང་གཞི་ཡང་
 ཕན་ཚུན་འགྱུར་བ་ཡོད་པའི་གནད་རྣམས་ཤེས་པར་བྱ་བར་གལ་ཆེ། །

དེ་བཞིན་མི་ཉག་བྱ་ཐུག་གིས། 《བྱ་མིའི་དགོངས་གནད་གསལ་བའི་མེ་
 ལོང་》ལས། “སྤྱིར་སྤྲད་ལ་འདྲ་མིན་སྤྱི་ཚུགས་ཞིག་ཡོད་ཀྱང་། སུམ་ཅུ་པའི་
 དངོས་བསྟན་གྱི་སྤྲད་ལ་མཚོན་ན། བྱང་ཆོས་བཞི་ལྟན་ཞིག་སྟེ། ① སྐབས་དང་
 བསྟན་ནས་གསར་རུ་སྐྱུར་བ། ② རང་ངོས་ནས་དོན་ཅི་ཡང་མི་སྟོན་པ། ③ དོན་
 སྟོན་པའི་ཐ་སྤྲད་དང་སྤྱི་གདངས་མི་འདྲ་བ། ④ སྤྲད་དེ་སྐྱུར་བས་དོན་གྱི་བྱང་
 པར་གསར་པ་ཞིག་འདོན་སྤུབ་པ་སྟེ་བཞིའོ། །དེ་ལས་བྱང་ཆོས་བཞི་པའི་དོན་
 བློ། དཔེར་ན། སྤའོ། ཞེས་པའི་འོ་སྤ་ནི་བཏོན་པའི་སྤ་གདངས་ཀྱང་ཞིང་
 དམའ་ལ། དོན་སྤ་བསྐྱུའི་ཐ་སྤྲད་ཅམ་མཚོན། འོ་མ། ཞེས་པའི་འོ་ནི་སྤ་
 མིན་པས་བཏོན་པའི་སྤ་གདངས་ལྷི་ཞིང་མཐོ་ལ། འོ་མའི་མིང་གི་ཐ་སྤྲད་མཚོན་

པས་དོན་མི་འདྲ། དེས་མཆོན་པུང་དང་མིང་གཉིས་ཀར་སྒྱུར་ཆོག་པ་གཞན་
 རྒྱུ་ལྟར་རྒྱུ་རྒྱུ་ལྟར་འགྲོའོ། ། ཞེས་གསུངས་པ་སོགས་སྤང་ཚུལ་གཉིས་ཀྱི་
 དམིགས་བསལ་གྱི་དཀའ་གནད་ཐམས་ཅད་ཤེས་པར་བྱས་པའི་རྗེས་སུ་ད་གཞིན་
 ཡིག་ཆ་ལ་དག་བཅོས་གནང་ན་ལེགས་པར་མཐོང་། །

དངོས་པོ་བདག་དང་འབྲེལ་བ་གཙོ་བོར་སྟོན་པའི་མིང་རྒྱུང་།

དངོས་པོ་བདག་དང་འབྲེལ་བ་གཙོ་བོར་སྟོན་པའི་མིང་རྒྱུང་ཡིན་ན་བྱེད་
 ཆོག་གིས་གྲུབ་པ་ཡིན་ཏེ། དཔེར་ན། འཇིགས་པ་བརྒྱད་སྟོན་པ། སྟོན་འཇུག་
 དང་། སྟོན་སྟོན་། གཙོད་པ། ཆོ་སྟོན་པ། སྟོན་སྟོན་། སྟོན་ཁང་། སྟོན་ཕྱི་ལ་
 སོགས་པ་རྒྱུ་ལྟར་གྱི་དོན་ནི། བྱང་རྒྱུ་མེས་པའི་སྟོན་པ་ལ་འཇུག་མཁན། སྟོ་
 སྟོང་མཁན། གཙོད་འདོན་མཁན་སོགས་གང་ཟག་ལ་གོ་དགོས་པ་དང་། ཆོ་
 རིང་བ་སྟོན་བྱེད་ཀྱི་ཆོག་དང་། སྟོན་སྟོན་བྱེད་ཀྱི་ཐབས་ལ་སོགས་དངོས་པོ་
 བདག་དང་འབྲེལ་བའི་ལས་གཙོ་བོར་བསྟན་པ་ཅན་ཡིན་ནོ། །སྟོན་ཁང་དང་།
 སྟོན་ཕྱི། ཞེས་པ་བ་ཡིག་སྟོན་འཇུག་མི་ཐོབ་པའི་རྒྱ་མཆོན་དེ་སྟོན་པ་པོ་ལ་
 དབང་བའི་ཁང་པ་དང་། སྟོན་པ་པོའི་འདུས་སྟེ་ཡིན་པའི་ཆ་ནས་དངོས་པོ་
 བདག་སྟོན་གྱི་བྱེད་ཆོག་གི་འཇུག་སྟོན་གཙོ་བོ་ཡིན་པ་ལས་དུས་གཙོ་བོ་མ་ཡིན་པ་
 ཤེས་པར་གྱིས་ཤིག།

སྟོགས་གཞན་ཞིག་ནས་བཤད་ན། སྟོན་ཁང་ཞེས་པ་ཁང་པ་དེ་བསྟོན་བྱེད་
 མིན་པ་སྤང་ལྟར་ཤེས་སྟེ། དེར་དུས་ལྟར་ན་བཀག་འགོག་དང་། འཇུགས་
 སྟོན་ཆོམ་སྟོན་པ། ཡིག་སྟོན་མཁན། ཆོམ་པ་པོ་སོགས་དངོས་པོ་བདག་དང་
 འབྲེལ་བ་གཙོ་བོར་སྟོན་པའི་བྱེད་ཆོག་གིས་གྲུབ་པའི་མིང་རྒྱུང་ཡིན་དགོས།

དངོས་པོ་གཞན་དང་འབྲེལ་བ་གཙོ་བོར་སྟོན་པའི་མིང་རྒྱུང་།

གཏུལ་བྱ། བཏུང་བ། བཞོ་བོ། ལྷུང་བཟེད། སྟོན་བསྟོན་གྱིང་ལ་སོགས་པ་
 འགའ་ཞིག་ཡོད་པ་རྒྱུ་ལྟར་ནི་གཙོ་བོ་དངོས་པོ་གཞན་བསྟོན་བྱེད་དོན་དང་
 འབྲེལ་ནས་གྲུབ་པའི་མིང་རྒྱུང་ཡིན། གཞན་ཡང་། བསྟོན་གོ་དམར་ཆེན་
 གཏོར་མས་སྟོན། བསྟོན་རོ་ལྷུང་ངན་དག་ལ་སྟོན། ཞེས་པ་དང་པོ་བསྟོན་བྱེད་

དང་། བསྐྱར་བྱ་དངོས་པོ་གཞན་དང་འབྲེལ་བའི་བྱ་ཆོག་དང་། རྗེས་མ་ནི་
 རྒྱུ་བྱེད་དང་། རྐྱར་བྱེད་ནམས་ནི་དངོས་པོ་བདག་དང་འབྲེལ་བའི་བྱེད་ཆོག་
 གི་རྒྱས་པ་ཡིན་པར་ཤེས་དགོས། །དེ་བཞིན་དེང་རུས་བསྐྱར་བཅོས། སྒྲིག་
 བརྟན། ལ་སོགས་པའི་མིང་གསར་འགའ་ཞིག་ཡོད་པ་ནམས་ནི་འདིའི་ཁོངས་
 ལུ་འདུས་སོ། །དེས་ན་སྐད་རྒྱུར་དང་། ཡིག་རྒྱུར་(翻译)ཞེས་པ་བྱེད་པོ་གཙོ་
 རྟོན་གྱི་མིང་ཡིན་པའི་ཆ་ནས་སྟོན་འཇུག་མི་ཐོབ་ལ། དེ་བཞིན་རུ་བྱེད་ཐབས་
 དང་། རྒྱབ་ཐབས། རྒྱབ་ཚུལ། རྐྱར་ཐབས་སོགས་ལས་ཀའི་བྱེད་ཐབས་དང་བྱེད་
 ཚུལ་ནམས་ནི་དངོས་པོ་བདག་དང་འབྲེལ་བའི་ལས་ཡིན་པས་ན་བྱེད་ཆོག་དང་
 འབྲེལ་བའི་ལས་ཆོག་རྒྱུར་ཡོད་པ་ནི་སྟོན་གྱི་དཔེ་རྟོང་དག་ལས་གསལ་བ་ལྟར་
 རོ། །བསྐྱར་ཡིག་དང་། བསྐྱར་ཚུལ་ཞེས་པ་དངོས་པོ་གཞན་བརྗོད་ཀྱི་སྒྲིག་ཡིན་
 པས་ན་དེས་པར་སྟོན་འཇུག་ཡོད་དགོས། དེང་རུས་ཡོངས་གྲགས་ལུ་བསྐྱར་ཚུལ་
 ཞེས་བྲིས་པ་འདིའང་བསྐྱར་ཞེས་པ། གཞན་བྱ་བའི་ཡུལ་བསྐྱབ་པའི་ཆེད་རུ་
 འཇུག་པ་ཡིན་སྟབས་བསྐྱར་ཚུལ་ཞེས་བྲིས་ན་འགལ་བ་མེད་པ་མ་ཟད། མིང་
 རྒྱུར་གི་ཚུལ་རིག་དང་། ཚུལ་མ་ཡིག་ལྟ་བུ་ནམས་ནི་བརྗོད་ལ་སོགས་སྟོན་གྱི་
 ཡིག་རྟོང་ནམས་ལུ་“ཡི་གེ་ནི་མིང་གི་ཚུལ་གཞི”། ཞེས་དང་། “བསྟན་བཅོས་
 ཚུལ་པ་ལ་འཇུག་པའི་ཡན་ལག” ཅེས་དང་། “ཚུལ་པ་དམ་བཅའ་བ་” ལ་
 སོགས་པ་དངོས་པོ་བདག་སྟོན་གྱི་བྱེད་ཆོག་ཁོ་ན་འབྲི་སྟོལ་བྱུང་ཡོད་པ་དེ་དག་
 རྒྱུར་ཚུལ་གྱི་སྟེ་ཆོན་གཅིག་རུ་འདོག་ན་འབྲུས་པར་སེམས། དེས་ན་བྱ་ཡུལ་གྱི་
 དངོས་པོ་མཚོན་པའི་མིང་རྒྱུར་ཡིན་ན་བྱ་ཆོག་ཁོ་ན་ལས་གྲུབ་པས་ཀྱང་མ་ཁྱབ་
 རྟེ། བྱེད་ཆོག་གིས་གྲུབ་པའི་ཡུལ་གྱི་དངོས་པོའི་མིང་རྒྱུར་ཚུལ་རིག་དང་། ཚུལ་
 གཞི། སྟོབ་དེབ་ལ་སོགས་པ་ཡོད་པའི་ཕྱིར་རོ། །སྟོན་གྱི་ཡིག་རྟོང་ནམས་ལ་
 བལྟས་ན་བརྟམས་དང་། བརྟམ་གཉིས་ནི་རུས་གསུམ་སྟོན་པའི་སྐབས་མ་
 གཏོགས་མིང་རྒྱུར་སྐབས་ལུ་བྲིས་པ་ཕལ་ཆེར་མི་སྤྱང་། །

མདོར་བསྟུས་ན། བྱ་བྱེད་ཐ་དད་པའི་ལས་ཆོག་གིས་གྲུབ་པའི་མིང་རྒྱུར་ནི་
 ཏ་ཅང་ཁུང་། ཡོད་པ་ཕལ་ཆེར་རུས་འདས་པའི་ལས་ཆོག་དང་། དངོས་པོ་

བདག་སྟོན་པའི་བྱེད་ཆོག་གཉིས་ཀྱིས་གྲུབ་པ་མང་ལ། དངོས་པོ་གཞན་སྟོན་གྱི་
བྱ་ཆོག་མ་འོངས་པས་གྲུབ་པ་ནི་ཤིན་ཏུ་ཁུང་ངོ་། །བྱ་བྱེད་ཐ་མི་དད་པའི་ལས་
ཆོག་གིས་གྲུབ་པའི་མིང་རྒྱང་ནམས་ནི་ཤོང་གསལ་གྱི་སྟོག་དྲ་དེ་དག་ཅ་བ་མེད་
པ་ཞིག་རེད། །

ལུས་རྒྱལ་སྤྱོད་པའི་སྤྱོད་པས་སྤྱད་འཇུག་ཚུལ་ལྟར་གྲུབ་པ།

ལུས་རྒྱལ་སྤྱོད་པའི་གཞུང་དུ་སྤྱད་གཞན་དབང་ཅན་ནམས་ཟེས་འཇུག་སོ་སོའི་ཟེས་
སྒྲིལ་ལྟར་འཇུག་པ་གསལ་པོར་བསྟན་ཡོད་པ་རེད། འོན་ཀྱང་དམིགས་བསལ་
དུ་ད་དྲག་ཅན་གྱི་ཟེས་སྒྲིལ་ གྲང་དང་། ཏུ། ཉེ་ནམས་ཐོབ་པ་སྟོན་གྱི་བཀའ་
བསྟན་ནམས་དང་། བོད་ཡུལ་དབུས་པའི་རང་སྤྱད་དུ་འང་དེ་ལྟར་བཟོད་སྟོལ་
ཡོད་པ་ལྟར་སི་ཏུའི་འགྲེལ་ཆེན་དུ་གསལ་བཤད་གནང་ཡོད་པ་རེད། དེར་དུས་
མཁས་པ་ཆོས་ད་དྲག་ཐོབ་པའི་ཡུལ་དང་གནས་མི་ཤེས་པས་རང་ཉིད་ཀྱིས་སྤྱད་
སྟོར་ཚུལ་ལྟར་བ་ལྟ་ཅི། སྟོན་གྱི་ཡིག་རྩིང་དག་པ་ནམས་གྲང་མ་དག་པར་
བཅོས་པའི་སྤང་ཚུལ་ཇི་མང་འགྲོ་བཞིན་ཡོད་འདུག །ད་དྲག་ནི་ན་ར་ལ་གསུམ་
གྱི་ཟེས་སྒྲིལ་འཇུག་ཅིང་། དེའང་དུས་འདས་པ་སྟོན་པའི་ལས་ཆོག་དང་། ཡོད་
མེད། ཡིན་མིན་ལ་སོགས་དགག་སྒྲུབ་གྱི་སྤྱད་རྒྱང་དང་། འོན་ལྟ་བུ་ཕྱི་ཆོག་མི་
མཐུན་པ་སྟོན་པའི་རིགས་དང་། ཤིན་ཏུ་ ཀུན་ལ་སོགས་ཆོད་གཞི་སྟོན་བྱེད་གྱི་
སྤྱད་ནམས་ལ་འཇུག་ཅིང་ཡོད་པ་རེད། དཔེར་ན། 《ཤེས་བྱ་ཀུན་ཁྱབ།》
ལས། 【གྱུར་གྲང་】 “རྒྱལ་བ་ཐམས་ཅད་གྱི་ཡབ་དུ་གྱུར་གྲང་ད་དུང་རྒྱལ་སྤྱོད་
གཞན་ཏུ་འཇུག་གིས་ཞེས་དང་། 【ཡིན་གྲང་】 “དུད་འགོ་ནམས་ནི་ཕྱི་པའི་
ལས་གྱི་འབྲས་བུ་ལ་སྟོད་པ་ཡིན་གྲང་ཆེ་སོགས་མ་ངེས་ཏེ་” ཞེས་དང་། 【མ་
མཐུན་གྲང་】 “མངོན་པ་འོག་མ་དང་མ་མཐུན་གྲང་སྟོན་དུ་བཟུང་བར་མི་བྱའོ།”
ཞེས་དང་། 【མིན་གྲང་】 “གཟུགས་ཅན་མིན་གྲང་ཡིད་གཟུགས་ལ་མགྲིན་པ་
སོགས་ཐ་སྟོད་སྒྱུར་བ་སྟེ་” ཞེས་དང་། 【ཟིན་གྲང་】 “ལས་གྱི་རྒྱང་གཉིས་སོ་འདི་
ཡང་རང་ཉིད་ནམ་མཁའི་ངོ་པོ་ཉིད་ཡིན་དུ་ཟིན་གྲང་དབང་ཤེས་གྱི་སྟོད་ཡུལ་
མིན་པ་” ཞེས་པ་ལ་སོགས་པ་འདི་དག་ནི་དཔེར་མཆོན་ཅུ་ 《ཤེས་བྱ་ཀུན་

བྱུང་། ལས་དྲངས་པ་ཡིན། འོན་ཀྱང་དེར་དུས་མཁས་རྣམས་པ་ཁ་ཅིག་གིས་འདི་
 དག་ལ་【ཡང་】ཁོ་ན་བཅོས་བཞིན་ཡོད་པ་དཔེར་ན། ལོ་ཤས་སྡོམ་དུ་ཁོ་པོ་ལྟ་
 སར་སྤྱོད་པས་ལས་ཁྲུངས་ཞིག་གི་རྒྱ་རའི་ནང་གི་རྩ་ཐང་ཐོག་དུ་ས་སྤྱིའི་ལེགས་
 བཤད་བྱིས་པའི་ཤིང་བྱང་ཁ་ཤས་ཞིག་འཇུགས་འདུག །ཁོ་པོས་ཞིབ་དུ་བལྟས་
 པས་《ལེགས་བཤད་》 ལ་བཅོས་ནོར་བྱས་ཡོད་པ་མཐོང་བྱུང་།

ཆེན་པོ་རེ་ཞིག་རྒྱད་ཀྱང་ཀྱང་། ། 【ཡང་】

དེ་ལ་གསུང་བ་བསྐྱེད་མི་དགོས། །

ཟླ་བ་རེ་ཞིག་གཟས་ཟིན་ཀྱང་། ། 【ཡང་】

དེ་མ་ཐག་དུ་གྲོལ་བར་འགྱུར། །

ཞེས་པ་དེའི་མ་ཡིག་ནང་གི་“ཀྱང་” ཐམས་ཅད་“ཡང་” ལ་བཅོས་ནས་བྱིས་
 འདུག །དེ་བཞིན་དུ་ན་ལོའི་ཟླ་བ་དགུ་པའི་ནང་ཅམ་ན་འཕྲིན་ཕུན་ཐོག་དུ་མི་
 ཞིག་གིས་ང་ལ། “ཀམ་པ་མི་བསྐྱེད་རྩོད་རྩེའི་གསུང་འབུམ་ནང་དུ་ཡང་ཐོབ་ས་
 མང་པོ་ཞིག་ལ་ཀྱང་བྱིས་འདུག །འདི་ཡིག་ནོར་རེད་དམ་གནའ་པོའི་འབྲི་སྒྲིལ་
 ཞིག་རེད། ” ཅེས་དྲིས་བྱུང་། དེ་ལ་ངས། དེ་གསུང་འབུམ་ནོར་བ་མ་རེད།
 ཁྱོད་རང་སུམ་རྟགས་མི་ཤེས་པའི་སྒྱུ་རེད། གནའ་པོའི་ཡིག་ཆའི་ནང་དུ་སྤང་
 དང་རྣམ་དབྱེ་ཐམས་ཅད་པོད་སྤང་དང་བསྐྱེད་ནས་བྱིས་ཡོད་པ་རེད། ཁྱོད་
 རང་གིས་འོན་ཡང་ཟེར་འདོན་ཞིང་ཡོད་དམ། ཡང་ན་འོན་ཀྱང་ཟེར་འདོན་ཞིང་
 ཡོད། ཅེས་བྱིས་ནས་ལན་བཏང་ཡོད། །མདོར་ན་དེར་དུས་མཁས་པ་རྣམས་
 ཀྱིས་ཡིག་རྒྱུང་མང་ཅམ་ཞིག་གཟིགས་ཤིང་སུམ་རྟགས་གཉིས་ལ་གྲུས་བཀྱར་
 ཅུང་ཟད་རེ་གནང་རྒྱུའི་རེ་བ་བྱ། །

ཞེས་པའང་དར་མདོ་གོང་ཁྱེད་ཀྱི་པོད་ཡིག་དགེ་ཆན་རྣམས་ལ་འཆད་ཁྲིད་བྱས་པའི་ཟིན་
 བྱིས་ལ་འཕྲི་སྡོམ་ཅུང་ཟད་བྱས་ཏེ་པོད་ཡིག་ཕྱག་ལས་མཁན་རྣམས་ལ་ལོ་སར་འཆོམས་འདྲི་
 དང་ལྟན་དུ་སྤེལ་བ་པོ་ནི་པོད་ཀྱི་བརྩ་སྤྱོད་སྤྱོད་པའི་རྒྱལ་ཁམས་པ་སྤུབ་བསྐྱེད་སྤྱོད་ཚོགས་དེས་
 སྤྱི་ལོ་2018ལོའི་ཟླ་བ་དང་པོའི་ཚེས་18ཉིན། རྩོད་པ་མི་རིགས་སློབ་གྲྭའི་རང་ཤག་ནས་སྤྱིངས། །

ཐེ་དགེའི་གྲོས་རའི་བསྐྱོད་ལ་གསལ་འདེབས།

2018.1.20

ཐེ་དགེའི་གྲོས་རའི་བྱ་གྲུབ་ནས་པ། རོགས་པ་བདེ་ལེགས། བྱ་གྲུབ་སྤྱིར་གུ་སར་གྱིས་གསུང་པ་དེ་རྒྱན་ཕྱགས་མེད་མ་རེད། ཁོང་གི་ཡ་ཆེན་དང་གསེར་རྩ་ལོ་བ་རེད། གསེར་རྩ་ནས་ཕྱ་གྱུར་དབྱུག་པ་མ་རེད། ཡ་ཆེན་སྤང་ནས་རྩོམ་པོ་ཕྱ་གྱུར་དབྱུགས་པའི་པར་ཐེངས་ཁ་ཤས་བྱ་ཐོག་བཏང་བྱུང་བ། བྱིད་ཀྱིས་མཁྱེན་གསལ་ལྟར་དང་། ངས་ཀྱང་བརྒྱད་བསྐྱར་ཐེངས་མང་བྱས་པ་ཡིན། གསེར་རྩ་སྤྱང་གི་སྤྱོད་ཚུལ་དེ་ལས་སྤྱང་བྱུང་ལྟན་པ་ཡོད་ལྟ་བུ། ཕྱ་གྱུར་ཆགས་ཤོར་མེད་པ་འདྲ། རོན་ཀྱང་སྤྱོད་ལ་རེས་རྩོམ་པོ་གསོས་ནས་བཞུགས་ཡོད་པ་ཁོ་ཆོ་ནང་ཁྲལ་གྱི་སྤྱད་ཆ་རེད། ཟེར་མཁན་མིང་བཏགས་དགོས་པ་བྱུང་ན་ངས་གསལ་བཤད་བྱེད་ཆོག །འདི་གྲོས་ར་ཡིན་སྟབས་གསེར་རྩ་ལ་འང་དགག་སྒྲུབ་གང་བྱས་རྒྱུན་ལྟར་རེད། ཆོས་ལུགས་པས་ཐོད་གྱི་སྤྱི་ཆོགས་ལ་རྟོག་བྱ་བྱས་པ་དེ་དག་ཐེར་འདོན་དང་དགག་པ་བྱས་ན། ཐོད་མི་དམངས་གཉིད་ལས་སང་ཐབས་ཕན་གྱི་རེད། ཆོས་ལུགས་ལ་ཁ་གཡར་ནས་མི་དམངས་ལ་བརྟན་བཙོས་བྱེད་པ་ནི་ནང་ཆོས་དང་འགལ་བ་རེད། ཐོད་མི་དམངས་ལ་བརྟེན་པ་ཡོད་ན་ཡེ་ཤུའི་ཆོས་པ་ལ་སྤྱོད་སྤྱོད་དགོས་ས་རེད། ཕྱག་པོ་ས་ནས་འབྲལ་བ་ལེན། དབྱལ་པོ་ནམས་ལ་རོགས་སྤྱོད་བྱེད་འདུག་ཨ། ང་ཆོ་ཐོད་གྱི་སྤྱོད་མས། ཚུར་ལེན་པ་མ་གཏོགས། ཕར་སྤྱོད་ཤེས་ལེ་མ་རེད། ག་སྤྱིད་སྤྱོད་ནའང་བྱ་མོ་མཛེས་མ་དང་། རང་གི་སྤྱོད་མཆེད་མ་གཏོགས་སྤྱོད་སྤྱོད་ཡོད་མ་རེད། ཆང་མས་མཁྱེན་གསལ་ལྟར་རེད། ཆོས་ལ་དད་པ་ཡོད་ན་དུས་རྒྱུན་ཁ་འདོན་གྱིས། ལས་རྒྱ་འབྲས་ལ་ཡིད་ཆེས་གྱིས། ས་མ་དང་། བྱ་རྒྱུད། བཟའ་ཆང་ནམས་ལ་བྱམས་སྤྱོད་གྱིས། སྤོར་མོ་ཁྲམ་པའི་ལག་ལ་མ་བཞག །རྒྱལ་ཁམས་པའི་སྤྱིར་གཏམ་གསེར་གྱི་ཡང་ཁྱེན། བྱིན་ཏུ་ནས་སྤྱིངས། །

ས་བྱི་གནམ་ལོ་གསར་ཆེས་ལ་ལྷལ་བའི་ཤིས་སྟོན།

2018.2.15

ཇོ་མ་གླ་ལ་ཡི་ཕྱག་གི་ནོར་གཞིང་དང་། །
སྤྱད་བྱངས་ལྷ་མོའི་རིག་པའི་རང་གཤིས་གཉིས། །
བྱང་དུ་འཇུག་པའི་བོད་ཁམས་གསར་པ་ཞིག།
གངས་ཅན་གཞོན་ནུའི་དཔལ་དུ་འཆར་གྱུར་ཅིག།

གནམ་ལོ་ནོར་སྤང་རྒྱལ་པོའི་ལྷུང་རྟ་དཀར། །
ཟླ་བ་ཀྱན་དགའ་སྟོན་པོའི་ལྷས་ཁམས་དཀར། །
ཞག་དུས་ནམ་པ་རྒྱལ་བའི་མཚན་ཆ་དཀར། །
ལོ་གསར་ཆེས་གཅིག་བཀྲ་ཤིས་ཁ་དར་དཀར། །

དཀར་སྟོགས་ལྷ་ཡིས་གངས་རིའི་ཆེ་ནས་གཟིགས། །
གངས་ཅན་བོད་ལ་ཞི་བདེའི་སྤང་ཆར་འབབ། །
བོད་འབངས་ཡོངས་ཀྱི་ལྷས་སེམས་གདུང་བ་ཞི། །
གནམ་ལོ་གསར་པའི་བདེ་སྦྱིད་ལྷ་དང་མཉམ། །

ཞེས་པ་ས་ཡི་གོ་ལའི་ཐོག་དུ་བཞུགས་པའི་བོད་རིགས་སྤྱན་ཟླ་ནམ་པ་གནམ་ལོ་གསར་
པ་ལ་ལྷས་ཁམས་བདེ་ཞིང་སེམས་ཁམས་དྲངས་སྟོ་ཡོང་པའི་སྟོན་འདུན་བྱ།

བྱད་མེད་དུས་ཆེན་ལ་ཕུལ་བའི་བསྟོད་དབྱངས།

2018.3.8

སྲིད་སྟོང་རྒྱལ་པོ་བྱེད་གྱི་ཅུ་ཞེས་བསྟེན།
མི་ཆེན་དཔོན་རིགས་བྱེད་གྱི་སྟོབ་གསོའི་འབྲས།
དམ་པའི་སྟེས་ཆེན་བྱེད་གྱི་པང་ལས་འབྱུངས།
མངོས་མ་བྱེད་ནི་འཛིག་ཉེན་བྱེད་པོ་དངོས།

སྐྱབས་གནས་སྤྲ་མ་སྤྱི་ཆོགས་སྤྲིན་གྱིས་བསྐྱབས།
སངས་རྒྱས་བྱིན་རྒྱབས་དུས་གྱི་བསྐྱལ་པས་དབེན།
དགེ་འདུན་རྣམས་ནི་ཉོན་མོངས་འདམ་དུ་བྱིངས།
ལུས་སེམས་བདེ་བའི་སྐྱབས་གནས་བྱེད་ཉིད་ཅམ།

མཁས་པའི་དཔལ་དང་བཅུན་པའི་ངང་ཚུལ་བཟང་།
མཐོན་པོའི་ཐོབ་དང་དཔའ་བོའི་ཁེངས་པ་སོགས།
གཅིག་ཅར་དབང་དུ་བསྟུ་བའི་བདག་ཉིད་ཅན།
ཆོ་འདིའི་སྐྱབས་གནས་མངོས་མ་ལས་ལྷག་སུ།

མཛངས་མའི་ཡོན་ཏན་བརྒྱད་ལྷན་སྤྲིན་ལེགས་མར།
གསུམ་བརྒྱད་དུས་ཆེན་བསུ་བའི་བསྟོད་དབྱངས་འདི།
འཛམ་གླིང་གྱི་དང་གངས་ལྗོངས་མངོས་མ་རྣམས།
ཆོ་འདིའི་བདེ་སྦྱིད་བསུ་བའི་ལེགས་སྟེས་ཡིན།

བན་ལོག་རྣམས་དང་ལྷ་བ་མི་མཐུན་ཞིང་།

སྤྱན་པོ་ནམས་དང་བཀོ་སྤྱིང་མི་མཐུན་པའི།

ཤུག་འི་བསྟན་ལ་དང་བའི་དད་པ་ཅན།

གདོང་དམར་ཐོད་གྱི་རྒྱལ་ཁམས་པ་དེས་སྤྲུལ།

ཞེས་པ་གསུམ་བརྒྱད་བྱང་མེད་རྒྱས་ཆེན་གྱི་ཞོགས་པར་མཛེངས་མའི་ཡོན་ཏན་ནམས་
སེམས་ལ་གང་ཤར་ཐོལ་བྱང་རྒྱ་བདེན་དོན་འཚོལ་བའི་རྒྱལ་ཁམས་པ་ལྟབ་བསྟན་སྤྱན་ཆོགས་
དེས་རྒྱ་ནག་ཁྲིན་རྒྱུ་ཤོང་གི་ལྷ་ལྷ་མི་རིགས་སྤྱོད་གྱུ་འི་རང་ཤག་རྒྱ་བྱིས་སོ།



མཁན་པོ་བསོད་དར་རྒྱལ་ལ་སྤྲངས་པ།

2018.5.17

དབྱར་སྟོད་འབྲོག་པའི་ཤ་མར་འགོག།
དབྱར་སྟོད་རོང་པའི་འབྲས་རྒྱུ་ཟུང། །
དབྱར་ཚུ་དགུན་འབྱའི་ཚོང་ལམ་བཀག།
དབྱར་བོད་དགུན་རྒྱ་མཁན་པོ་སྟོ། །

བསྐལ་པ་ཆགས་པའི་འབྲོག་སྡེ་གཏོར། །
རྒྱ་ལྷགས་སྟོ་ཟས་བོད་རུ་སྟེལ། །
ཤ་མར་ཡོད་ཀྱང་སྟོག་ཟས་ཀྱར། །
ཡི་དྲགས་གཏོར་སྤང་འབྲོག་པའི་སྡེ། །

རྒྱ་སྤྲ་ནམས་གྱི་བཀའ་སྟོབ་བཞིན། །
རྒྱ་ཡི་ཉ་པས་ཚོས་འཁོར་བསྐྱར། །
སྤྲ་པོའི་པ་ལོར་ཉ་དང་བཞེ། །
ཉ་པའི་སྟོར་ཁྱག་ཁམས་པས་བསྐྱངས། །

སྟོང་རོང་གཉིས་དང་འཛིགས་ལུན་སོགས། །
རྟིང་མ་གོང་མས་མ་མཛད་པའི། །
དགེ་བཅུའི་བྱིམས་གྱིས་སྡེ་འབངས་མནར། །
རང་ཚུགས་ཤོར་ཞིང་གཞན་སེམས་དཀྱགས། །

ཚོས་གོས་མནལས་ཤིང་བཅུན་མར་སྟོར། །

དབུལ་ཕོངས་ནམས་ལ་ཚོས་འབྲེལ་བཅད། །
 ཉིན་མོ་དགོན་སྡེ་མཚན་མོ་གོང་། །
 འདུལ་བྱིམས་ཉམས་ཤིང་རྒྱལ་བསྟན་དགྲུགས། །

པོད་ཀྱི་སྤྱི་མས་རྒྱ་འབྲེལ་ལྟར། །
 རྒྱ་ཡི་དད་ལྷན་འདོད་སློ་ཁེངས། །
 རྒྱ་ཡི་ཚོང་པས་པོད་སྟན་གསལ། །
 རྒྱ་སྤྱི་འགོག་པའི་རྒྱ་མཚན་གང་། །

【གཅིག】 འབྲེལ་བཞོས་པས་ཁོར་ཡུག་ལ་མི་གནོད་པའི་སྒྲོར། དབྱར་རྩ་དགུན་འབྲེལ་བཞོས་ན་ཁོར་ཡུག་ལ་གནོད་པ་ཅི་ལྟར་འབྱུང་། མཁན་པོ་བསོད་དར་རྒྱས་ཀྱིས་བརྟན་ཐུང་ཞིག་གི་ནང་དུ་དབྱར་རྩ་དགུན་འབྲེལ་བཞོས་ན་ལུས་སྟོབས་ལ་ཕན་པ་མེད་པ་དང་། བཞོས་ན་ཁོར་ཡུག་ལ་གནོད་པའི་སྒྲོར་གསུངས་ཡོད་པ་དེ་ནི་པོད་མི་དམངས་ཀྱི་འཚོ་བ་ལ་གནོད་པ་ཆེན་པོ་ཡོད་པ་མ་ཟད། ཁུངས་མེད་ཀྱི་སྐྱུག་རྩུན་ཆེན་པོ་ཞིག་ལ་བ་འདུག་པ། དེ་ལ་གསལ་བཤད་ཅུང་ཟད་ཞུ་སྟོང་འདོད་བྱུང་། སྤྱི་བཏང་ཁོ་ཚོས་རྟག་པར་སྐྱུག་རྩུན་བཤད་པ་ལ་ཁོ་བོས་རྩུས་གཏོགས་བྱེད་འདོད་མེད་ཀྱང་འདི་ནི་དོན་དངོས་དང་འགལ་བ་མ་ཟད། པོད་མི་དམངས་ཀྱི་འཚོ་བ་ལ་གནོད་སྐྱོན་ཆེན་པོ་ཡོད་པའི་དྲིལ་བསྐྱགས་ཤིག་རེད། ཁོར་གི་དམིགས་ཡུལ་དེ་པོད་ཀྱི་ཚོང་པས་རྒྱ་རིགས་སྟོབ་མ་ནམས་མགོ་བརྟུང་ཐེབས་པའི་ཉེན་སྟོབ་ཡིན་པར་འདྲ། འོན་ཀྱང་ཚོས་གོས་ཀྱི་ནས་སྐྱུག་རྩུན་སྤྱི་བཞི་ཤུ་ཐུབ་པའི་རྩིས་འཇུག་མ་ཡིན་ནོ། །ཁོ་བོ་ནི་རྒྱུང་དུས་ནས་དབྱར་རྩ་དགུན་འབྲེལ་བཞོས་ནས་རང་ཁ་རང་གསོ་བྱེད་མཁན་ཞིག་ཡིན། དབྱར་རྩ་དགུན་འབྲེལ་བཞོས་པ་ལ་འཛོར་རྒྱུང་ཞིག་གི་ཆེ་མོས་ལ་སོར་བཞི་ཅན་བཅུགས་ནས་ཡར་སྟོག་ནས་ལེན་ཆོག་པ་ཞིག་རེད། དེས་ཁོར་ཡུག་ལ་གནོད་སྐྱོན་མེད་པ་ནི་ལོ་གསུམ་བྱིས་པས་ཀྱང་ཤེས་བཞིན་པ་རེད། ང་ཚོས་ཁོང་ཁའི་ནང་དུ་སྤྱི་ཡུར་ཟེར་བ་ལྟར་གཏིང་ཅུང་ཟད་བསྟོགས་པ་དེས་ལོ་རྟག་སྤྱི་བཞི་ཤུ་ཐུབ་པ་བཞིན་

དུ།

མདོ་དབུས་མཐོ་སྐང་གི་རི་དོགས་སུ་ཀག་ལེས་ཅུང་ཟད་རེ་བཞོས་ན་ཚུ་ཤིང་སྒྲེ་
བུད་ལ་ཕན་ཐོགས་པའང་སྲིད།

【གཉིས】 བོད་ཀྱི་སྲིལ་རྒྱན་ལྟར་ན་དབྱར་ཚུ་དགུན་འབུ་ལ་སྒྲན་ཅུས་ཡོད་པའི་
སྐོར། ང་ཚོས་དབྱར་ཚུ་དགུན་འབུ་ལ་ཅུས་པ་ཡོད་པ་དེ་བོད་ཀྱི་གསོ་བ་རིག་
པའི་གཞུང་དུ་བཤད་ཡོད་པ་ཞིག་དང་། ལོ་ངོ་དུག་བརྒྱ་ལྷག་ཙམ་གྱི་རིང་ལ་
དབྱར་ཚུ་དགུན་འབུ་སྒྲོད་ནས་ཕན་པ་ཡོད་པའི་ཉམས་ཐོང་དང་ལོ་རྒྱུས་ཀྱང་
ཡོད་པ་རེད། སྤྱི་ལོ་༡༩༩༩ལོར་བྱུང་མཁར་མཉམ་ཉིད་དོ་རྗེས་མཛད་པའི་«བྱེ་
བ་རིང་བསྐེལ་»ཀན་སྲུང་པར་མ། ཤོག་ངོས་༣༧༧ལས།

དེ་ཡང་དབྱར་ཚུ་དགུན་འབུ་ཞེས། །

རོ་ནི་མངར་ལ་ཅུང་ཟད་བསྐྱ། །

ཞུ་རྗེས་མངར་ཞིང་ཅུས་པ་སྒྲུམ། །

དོ་ཞིང་ཅུང་ཟད་ཡང་དང་ལུན། །

རྒྱང་འཛོམས་མཁྲིས་པ་སེལ་བྱེད་ཅིང་། །

བད་ཀན་མི་བསྐྱེད་དོ་མཚར་སྒྲན། །

བྱད་པར་བྱང་སེམས་རབ་རྒྱ་འཕེལ། །

ཉེས་མེད་ཡོན་ཏན་རྒྱ་མཚོའི་གཏེར། །

ཕན་ཡོན་བསམ་གྱིས་མི་བྱབ་སྟེ། །

ལུས་ཀྱི་བྱངས་བརྒྱན་རྒྱས་པ་ལ། །

བྱད་པར་རོ་བཅའ་དོན་མཚོག་བྱེད། །

རིགས་རྒྱུད་སྲིལ་དང་བཀྲག་མདངས་རྒྱས། །

དབང་པོ་ལུ་ནི་རྣམ་པ་བཀྲ། །

འདི་ལ་ཡོན་ཏན་མཐའ་ཡས་པ། །

ཚོག་གི་བཟོད་པ་ཟད་མཐའ་མེད། །

ཉམས་སུ་བྱངས་ན་བདེ་ཆེན་གྱི། །

བྱུག་རྒྱ་གར་མཁན་ནམ་དཔྱད་ཀྱིས། །
 མཛེས་མ་འབྲུམ་གྱི་དགའ་བ་འཕྲོག།
 ཞལ་གདམས་མཐོང་བརྒྱད་མེད་པ་ན། །
 ཇི་ལྟར་འདོད་པའི་འབྲས་མི་སྟེར། །
 རྩམ་སྒྲ་མིས་བྲིས་འདིའི་དགེས། །
 འགྲོ་ཀྱན་བདེ་བ་མཆོག་ཐོབ་ཤོག།

འདི་ནི་བོད་ཀྱི་གསེབ་རིག་པའི་གཞུང་གི་དབྱར་ཚུ་དགུན་འབྲའི་བྱན་མིན་གྱི་
 བན་རྒྱས་རེད། མཁན་པོ་བསོད་དར་རྒྱས་ལགས་ཀྱིས་དབྱར་ཚུ་དགུན་འབྲའ་ལ་
 ལུས་བྱངས་སྟོབས་བསྐྱེད་ཀྱི་རྒྱས་པ་མེད་པའི་རྒྱ་མཆོན་གང་ཆོན་རིག་གི་བདེན་
 དཔང་ཞིག་གནང་དགོས་པ་ལས། ངས་བས་པས་རྒྱས་པ་ཐོན་མ་བུང་བེར་བ་ནི་
 རྒྱན་གཏམ་སྟེ། རོས་མ་ཐག་ཏུ་རྒྱས་པ་བསྐྱེད་པའི་སྒྲན་རྩལ་ནི། བཅན་རྒྱག་
 དང་། དེང་རྒྱས་གཟེར་འཛུམས་སྒྲན་(止痛片) ལྟ་བུ་ལས་ལུས་བྱངས་སྟོབས་
 བསྐྱེད་ཀྱི་སྒྲན་ནམས་ནི་ཟླ་ཤས་ཙམ་བསྟེན་པའི་རྩལ་སྒྲན་རྒྱས་རིམ་བཞིན་བསྐྱེད་
 དགོས་པ་སྒྲན་གཞུང་ནམས་ལས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །

རྒྱ་རིགས་ཆོང་པ་ནམས་ལ་དཔལ་འབྱོར་གྱི་མཐུན་ཆེན་ཡོད་སྟབས། ལུས་
 ཁམས་བདེ་ཐང་དགོས་གཤམ་ཆེ། ང་ཆོ་བོད་རིགས་ནམས་ནི་འཆོ་བའི་ཐང་གཞི་
 ཞན་སྟབས་སྟོར་མོ་དགོས་གཤམ་ཆེ། རྒྱ་བོད་གཉིས་ཀ་ལ་པན་པའི་དབྱར་ཚུ་
 དགུན་འབྲའི་ཆོང་ལམ་བཀག་དགོས་པའི་རྒྱ་མཆོན་ཅི་ཡང་མ་མཐོང་། །

རྒྱ་ཉིད་རྒྱ་ཉ་པ་ནམས་ཀྱིས་བོད་སྤྱང་པའི་སྟོར་མོ་ནམས་འབྲས་མེད་རུ་
 བསྐྱ་བ་ལ་སེམས་སྒྲ་མེད་པ། བོད་མི་སེར་ནམས་ཀྱིས་རྒྱ་ཆོང་དཔོན་ནམས་ཀྱི་
 སྟོར་མོ་བྲིམས་མཐུན་ལྷགས་མཐུན་རུ་ལེན་པ་ལ་སེར་སྒྲ་དགོས་དོན་གང་། །

ཞེས་པ་བོད་ཀྱི་གསེབ་རིག་སྒྲ་བའི་རྒྱལ་ཁམས་པ་ཐུབ་བསྟན་ཐུན་ཆོགས་དེས་སྟོ་རུབ་མི་
 རིགས་སྟོབ་གྱའི་རང་ཤག་ཏུ་བྲིས་སོ། །

བོད་ཡིག་ཡག་པོ་མི་ཤེས་པའི་གྲ་ལོག་རྣམས་ཉོན་ཅིག

2018.5.17

དེད་རུས་གྲ་ལོག་དེ་དག་བད་དག་དང་། རིགས་ལམ་མི་ཤེས་པའི་སྐབས་
 གྱིས་ཡིག་སྐད་རུ་བྱིས་ན་གོ་བ་ལེན་སྟབ་གྱི་མི་འདུག །དེས་ན་ངས་ཚང་མ་ལ་གོ་
 བདེ་བའི་ཆེད་རུ་པལ་སྐད་གྱི་སྒོ་ནས་གསལ་བཤད་མདོར་བསྟུས་ཤིག་བྲུ་བྱ་ཡིན།
 ངས་ 《ས་ག་ཟླ་བའི་སྒོག་བསྟུ་སྒོར་གྱིང་བ་》 ཞེས་པའི་འཕྲིན་ཡིག་ཅིག་བཏང་
 ཡོད་པ་དེ་ལ་གྲ་ལོག་ཁ་ཤས་གྱིས་དགག་པ་བྱེད་ཁུལ་བྱས་འདུག་ཀྱང་། འདྲེ་
 ཤར་རུ་བཞག །ཟུང་རུབ་རུ་བཏང་བེར་བའི་དཔེ་ལྟར། ངའི་བརྗོད་དོན་དངོས་
 གང་ཡིན་གསལ་པོ་ཏ་གོ་མི་འདུག།དོན་དེ་ལ་བོད་གྱི་མཁས་བཙུན་གཉིས་ལྟན་
 གྱི་སྒྲ་སྒྲུལ་དང་། མཁས་དབང་སྟུས་ཀྱང་ང་ལ་དགག་པ་གནང་གི་མི་འདུག །
 དགག་པ་བྱེད་མཁན་དེ་དག་སྒོག་བསྟུ་ལ་བརྟེན་ནས་ཁི་ཕན་ཕན་བྱ་རག་མཁན་
 གྱི་གྲ་ལོག་དེ་དག་ཡིན་པ་ངས། དཔེར་ན་ཏ་ནག་ལུང་རིགས་ལྟ་བུ་རྒྱ་གར་དང་
 བལ་ཡུལ་སོགས་ལ་ལོ་ཤས་འབྲུལ་ཞིང་ཆོས་དང་ཆབ་སྲིད་གཉིས་ཀ་མ་འཛོན་
 རྣམས་ཐིམ་བོད་རུ་ཡོང་། བོད་རུ་སླེབས་པ་དང་ཆོང་ལས་དང་། ཆོས་ལས་
 སོགས་ལ་བརྟེན་ནས་ཁི་ཕན་ཕན་ཅུང་ཟད་རེ་བཅའ་ནས་འཆོ་བ་སྦྱེལ་མཁན་དེ་
 རིགས་ཡིན་པ་འདྲ།

【གསལ་བཤད་དང་པོ།】 ངའི་ཚཱ་ཡིག་ནང་དཀར་ཟས་དང་དམར་ཟས་
 གཉིས་ཀ་ལ་བཀག་འགོག་མིད། གང་འདོད་རང་རང་ཐོས་ན་འགྲིགས། འོན་
 ཀྱང་སངས་རྒྱས་བཙུན་ལྟན་འདས་གྱིས་མི་སྤྱི་བཏང་བ་ལ་ལྟ་ཅི། སོ་སོར་ཐར་
 པའི་བསྟུབས་སྒོམ་སྤང་མཁན་རྣམས་ལ་འདུལ་བྲིམས་ཉིས་བརྒྱ་དང་ལྔ་བརྒྱ་ཙ་
 གསུམ་བཅད་པ་གནང་ཡོད་པའི་ནང་ཤ་བཟ་མི་ཆོག་ཅེས་བཀག་མི་འདུག །
 ཁྱོད་ཆོས་པལ་ཆེར་འདུལ་བྲིམས་གཟིགས་སྤྱང་ཡོད་བཞིན་མ་རེད། སམ་པ་བཞི།
 ལྷགས་མ་བརྒྱ་གསུམ། སྤང་ལྷང་སྟུམ་རུ། ལྷང་བྱེད་འབའ་ཞིག་པ་དགྲ་བརྒྱ།

སོར་བཤགས་བཞི། ཉེས་བྱས་བརྒྱ་དང་བརྒྱ་གཉིས་བཅས་འདུལ་བྲིམས་ཉེས་བརྒྱ་
 ང་གསུམ་པོ་རེ་རེ་བཞིན་གཟིགས་དང་དམིགས་བསལ་ཤ་བ་མི་ཚོག་གསུངས་མི་
 འདུག །འདུལ་བྲིམས་ནི་སངས་རྒྱས་ཚོས་ལྷགས་ཀྱི་མི་སྤྱེ་གལ་ཆེ་ཤོས་རྣམས་ལ་
 སྤང་བྱ་གལ་ཆེ་ཤོས་དེ་རེད། དེ་ལས་གཞན་པའི་གསུངས་རྣམས་ནི་མི་ཕལ་པ་
 དག་ལ་གསུངས་པ་ཡིན་སྟབས་གལ་ཆེན་དེ་ཅམ་མ་ཡིན་པ་ནི་ཤེས་སྟེ། །

【གསལ་བཤད་གཉིས་པ།】 ངའི་ཚོམ་ཡིག་ནང་དུ་སྟོག་གཅོད་ལ་བཀག་པ་དང་
 སྤུལ་སྟོང་གཉིས་ཀ་མེད། རུང་འགྲོའི་སྟོག་གཅོད་ན་མ་གཅོད་ན་རང་མོས་རེད།
 དེས་ང་ཚོའི་སྤྱི་ཚོགས་དང་མི་དམངས་ཀྱི་འཚོ་བ་ལ་ཕན་གནོད་གང་ཡང་མཐོང་
 གི་མི་འདུག །ངས་ནི་སྟོག་བསྟུ་ཡང་བྱེད་མ་སྟོང་ལ་སྟོག་བཅད་ཀྱང་བྱེད་མ་
 སྟོང་། རུང་དུས་བྱིའུ་གཉིས་ཅམ་བསད་པ་ལས་སྟོག་བཅད་མ་སྟོང་།

【གསལ་བཤད་གསུམ་པ།】 ངའི་བརྗོད་དོན་གཙོ་བོར་ཐོད་མི་དམངས་ཀྱི་འཚོ་
 བ་ལ་གནོད་ངེས་པའི་། ས་ག་ལྷ་བའི་ནང་སྟོག་བསྟུ་མ་བྱེད་ལབ་ཡོད། རྒྱ་
 མཚན་གང་ཞིན། སྤྱི་བ་སྤྱི་མ་ཕན་པ་ཡོད་མེད་མི་ཤེས་ཀྱང་། ཆོ་འདིར་རང་
 གི་ཕ་མ་རྒན་ཞབས་ཀྱི་སྒྲན་ཡོན་གཏོང་མ་དག། སྤུ་བྱ་རྣམས་ཀྱི་སྟོབ་ཡོན་གཏོང་
 མ་དག་བ་དཀའ་ལས་བྱས་ནས་བསགས་པའི་སྟོར་མོ་ཅུང་ཟད་ཡོད་པ་དེ་དག་
 ཤན་པ་དང་། རྒྱ་སྤྱི་གཡོ་འོག་དུ་ཤོར་བ་ནི་འདི་སྤྱི་གཉིས་མེད་ཀྱི་སྟོང་གྲུད་
 ཚབ་ཆེན་ཞིག་རེད། ངའི་སྐད་ཆ་ལ་རྒྱ་མཚན་ཡོད་མེད་ཁྱོད་རང་ཚོས་བསམ་སྟོ་
 ཐོངས། །

རྒྱ་སྤྱི་ཚོས་ཉ་སྟོག་བསྟུ་བྱེད་སྟོར་མོ་གཏོང་སའི་དབུལ་ཁར་ཁར་དང་། གཡག་
 སྟོག་བསྟུ་བྱེད་སྟོར་མོ་གཏོང་སའི་དབུལ་ཁར་སོགས་དབུལ་ཁར་ཁ་ཤས་རེ་ཁྱུར་
 བས་འགྲོ་ཞིང་ཡོད་པ་ཆང་མས་མཁྱེན་གསལ་ལྟར་རེད། མི་མང་གིས་སྟོས་
 གཏོང་བའི་སྟོར་མོ་དེ་དག་རྒྱ་སྤྱི་དབུལ་ཁར་ནང་དུ་སྟུག་དུས། དེ་ལས་བརྒྱ་
 ཆ་ཁ་ཤས་ཤིག་ཤན་པའི་ལག་ནས་ཉ་སྤུལ་ཅུང་ཁ་ཤས་ཞིག་ཉ། དེ་འགྲོས་ཀྱི་སྟོར་

① སྟོར་མོ་བརྒྱག་སའི་དབུལ་ཁར་གི་བྱང་བྱ་ཞིག །དབྱིན་སྐད་དུ། Bank card རྒྱ་སྐད་དུ། 银行卡

མོ་རྒྱལ་ཁོ་ཚོའི་སྒྲིལ་ཆུ་ཆགས་ཚར་པ་རེད། དེར་སང་སྒྲིལ་ཁར་ནང་སྒྲིལ་རྒྱུ་
ལྟར་ཡོད་མཁན་ཆུ་སྒྲིལ་ཤས་ཡོད་པ་འདྲ། ད་རྒྱུང་མང་ཆོགས་ཚོས་དེ་ཚོ་ལ་
སྒྲིལ་མོ་ཞབས་འདེབས་སྒྲོད་པ་ནི་འདི་སྒྱིག་ཉིས་མེད་ཀྱི་ལས་ཡིན་པ་ཤེས་པར་
གྱིས་ཟེར་ཞིང་ཡོད། མདོར་བསྡུས་ན་མགོ་བསྒྲོར་ཐེབས་ས་པོད་མི་དམངས་
རྒྱལ་པོར་ལ། ཁོ་ཚོ་མཁན་ནི་སྒྲིལ་ལྟར་ལྟར་ཤུལ་ཤུལ་ཤུལ་ཤུལ་ཤུལ་ཤུལ་ཤུལ་
དེ་ཚོ་རེད། བྱས་ཅང་ང་ཚོས་སྒྲིག་བསྒྲིག་མ་བྱེད་ཟེར་ལའ་ཡོད་རུས། ཁོ་ཚོའི་
ཁོ་མཁན་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་པ་ཞིག་ཡིན་སྟབས། གཏམ་ཉིག་མང་པོ་ཞིག་གིས་
མི་མང་རྒྱལ་མགོ་བསྒྲོར་གཏོང་བའི་ཐབས་ལམ་བཅས་ཞིང་ཡོད་པ་རེད།

མདོར་བསྡུས་ན། རྒྱ་ཆེ་བའི་མི་མང་རྒྱལ་ལ་ས་ག་ཟླ་བའི་ནང་། ཉ་པ་
དང་། ཤན་པ། སྒྲིལ་རྒྱལ་གྱི་གཡོ་ལོག་རྒྱ་ཆུང་པ་དང་། རྒྱལ་ཆུང་
དང་གོ་སྐབས་ཡོད་ན་དབྱར་ཚུ་དགུན་འབྱུང་བཞོ་སར་ཐེབས་ཏེ་སྒྲིལ་མོ་ཅུང་ཟད་
ལོན་ཐབས་ལ་འབད་བཅོམ་གྱིས་ཤིག་ཅེས་འཛོད་སྒྲུལ་ཞིག་བྱས་ཡོད།

ཞེས་པ་རང་གི་མི་རིགས་ལ་ཤ་ཆ་དང་སྤྱི་ཆེ་ཅན་གྱི་རྒྱལ་ཁམས་པ་ཐུབ་བསྟན་ཐུན་
ཆོགས་དེས། ས་ག་ཟླ་བའི་ཆོས་གསུམ་ཉིན་ལུལ།



མེ་འགོག་དང་། རྒྱལ་འགོག །
སྒྲིལ་གི་མགོ་བསྒྲོར་བཅས་ལ་
སྒྲིལ་འགོག་གཟབ་ནན་བྱ་དགོས།
ཆན་ཨིག་དང་འགལ་བའི་རྒྱུང་ས་
དད་ཀྱི་སྒྲོབ་གསེ་འགོག་དགོས། །

冬虫夏草是藏药，是谁也否定不了

2018.6.2

今天我在微信中看见了这么一篇文章，说冬虫夏草被国家食品药品监督管理局踢出了保健圈，作者还附上了国家食品药品监督管理局的两份文件。于是我对国家专业机关文件进行了认真的阅读比对后发现，

第一、这个文件没有文号、第二、文件没有发布时间、第三、文件的语气、文理、不符合国家公文行文要求，而且在国家食品药品监督管理局网上也查不到这个文件，所以不排除是造假；

第二份文件就更荒唐，文件栏下面标注的发布时间是2018年3月8号，而文件结尾时间标注是2016年2月26日。我在国家食品药品监督管理局网站上查到了这个文件，而是在2016年03月04日发布的，主要是针对市场上出现生产所谓的冬虫夏草纯片剂和粉剂审批乱象的禁止，是作者篡改时间并假借国家权威之名来编造谎言，有意打击藏族地区农牧民赖以生存而不多的经济来源，破坏民族地区经济发展，破坏民族团结和社会稳定，实属可恶！

藏医从十五世纪的文献资料中就在临床上证明了冬虫夏草在藏医药中的特殊品质，认为虫草不仅有药物疗效而且还具有补虚、壮阳的功效。也就是说从十五世纪沿袭至今，它仍然是藏药中的宝中之宝。至于从西药、中药角度对其药效有所质疑是不奇怪的，因为他们根本不知道冬虫夏草是何物。

这些年听说或看到的纯粉和纯片剂的冬虫夏草矿物质含量超标的报道很多，我认为主要是化学合成所致。因为冬虫夏草是高海拔地区的珍稀野生品，目前还没有听说能人工培植，所以大批量的生产是不可能的，这些批量生产出来的虫草粉剂、含片，其中的虫草含量有多少，就天知地知了。所以国家不断出台整顿、治理这个市场，也是

民心所向，同时也是为冬虫夏草正了身，所以我们拥护国家规范制药市场，坚决支持打假，维护百姓利益。

至于虫草价格一路飙升，原因很简单，就是供求关系在起作用。我认识的许多人长期喜欢直接服用没有被加工过的虫草，健身效果显著后口口相传，使其受众群体不断增加，由于冬虫夏草的产出量是有限的，再则国内市场物价都在不断走高，冬虫夏草也不可能独善其身。

目前正值虫草产出季节，作者受人指使还是其他原因来炮制这么一篇恶意打压虫草价格之文，而祸害藏区农牧民的经济收入，实在可恨！所以我希望有关部门对造谣者尤其是造假国家权威机构的文件人，追究法律责任，绝不姑息！

公元 1463 年，苏卡曲杰编著的配方文集《藏医千万舍利》甘肃民族出版社出版的第 377 页记载：

冬草 夏草，味甘微酳，
性 甜且油，温润柔和，
去寒 治胆，除虚妙药，
生精补肾，百利无害，
功效无限。强身健体，
壮阳多子，荣光焕发，
五根生灵，功效无量，
不可思议，食则可得，
大乐 双运，倩女无数。
没有传承，难求药效，
苏卡曲杰，愿彼众生，
悉得妙乐。

以上是传统藏医文献中记载的保健药效的证据，如果说“冬虫夏草”没有保健功能，请拿出有力的科学依据来证明，不要信口开河。

于 2018.6.2 成都

སྤྱི་སྤྱོད་ཞེས་པའི་ཐ་སྟངས་གསར་བཟོའི་བསམ་སྒྲུབ་དེ་ནོར་འབྲུལ་ཞིག་རེད།

2018.7.25

དབྱིན་སྐད། Media

ཐུ་སྐད། 媒体

པོད་སྐད། མོལ་ཐིག་འཕྲིན་སྤྱོད།

དབྱིན་རི་སྐད་དང་མི་འབྲེལ་ཞིང་། །

པོད་ཀྱི་སྐད་རུ་གོ་དཀར་བའི། །

ཐུ་ཡིག་རྟིང་པའི་དོན་འཚོལ་ནས་། །

པོད་སྐད་གསར་བཟོ་སྤྱོད་པའི་ལས། །

ཉེ་ཆར་སི་ཁྲོན་ཞིང་ཆེན་གྱི་ལ་བསྐྱགས་སུ་འི་གངས་ལྗོངས་ཉེ་གཞོན་གྱི་བྱུ་བ་
ཚོམ་སྒྲིག་པ། སྤྱོད་དཀོན་མཚོག་དོ་རྗེས། ཐུ་ཡིག་གི་媒体 ཞེས་པ་དེ་ལ་ང་
ཚོས་འཕྲིན་སྤྱོད་ཞེས་བསྐྱར་ཡོད་ཅེས་གསུངས་པ་ནི་རྒྱ་སྤྱོད་ཀྱི་པོད་སྐད་དང་
མཐུན་པ་ཞིག་ཡིན་པ་མ་ཟད་དབྱིན་སྐད་ཀྱི་ Media ཞེས་པའི་མིང་ཚིག་གི་དོན་
དང་ཁ་སྤྱོགས་མཐུན་པ་ཞིག་རེད། དེས་ན་མ་འོངས་པར་པོད་སྐད་གཅིག་གྱུར་
ཡོང་ཆེད་དང་། པོད་མི་ཚང་མས་གོ་རྗེ་བདེ་རུ་འགྲོ་བའི་ཆེད་རུ་“མོལ་ཐིག་
འཕྲིན་སྤྱོད” ཞེས་གཅིག་གྱུར་བྱས་ན་ལེགས་པར་སེམས། །

འོ་ན་Media ཞེས་པ་དང་འཕྲིན་སྤྱོད་དོན་གཅིག་ན། མོལ་ཐིག་ཅེས་སྤྱོད་
བ་ལ་དགོས་པ་གང་ཡོད་ཅི་ན། འདིར་Media དང་འཕྲིན་སྤྱོད་གཉིས་ཁ་
སྤྱོགས་ཅམ་འདྲ་བ་ལས། ནང་དོན་གྱི་ཆ་ལ་གནམ་སའི་བར་ཅམ་གྱི་བྱུང་པར་
ཡོད་པ་སྤྱོས་མ་དགོས་པ་རེད། འཕྲིན་སྤྱོད་ཞེས་པ་པོད་སྐད་རྟིང་པ་ཡིན་
སྤངས་སྤྱོད་པམ་ཚུན་བརྟེན་སྤྱོད་པའི་འཕྲིན་པ་ཅམ་གྱི་གོ་དོན་ཞིག་དང་།

དེར་རབས་འཛམ་གླིང་གི་ཐ་སྐད་གསར་པ་གཉིས་དོན་གཅིག་པ་གཅིག་རྒྱུར་
 ཞིག་ཡོང་ཐབས་མེད་པ་ནི་ཤེས་སྒྲ། དབྱིན་རི་སྐད་དུ། Media ཞེས་པ་དེ་དབྱིན་
 སྐད་རང་གི་ནང་ནའང་བསམ་སྒྲོ་གསར་པའི་ཐ་སྐད་ཅིག་ཡིན་སྟབས་བོད་སྐད་
 ལྟ་ཅི། རྒྱ་སྐད་ནང་ལའང་དེ་ལྟ་བུའི་བསམ་སྒྲོ་དང་གོ་དོན་མེད་པས། དབྱིན་
 རི་སྐད་ལས་གཡར་ཆོག་གསར་པ་ 媒体 ཟེར་བ་དེ་བཟོ་དགོས་པར་བྱུང་བ་
 རེད། དེས་ན་ཐ་སྐད་རྟོང་པ་འཕྲིན་སྦྱར་ཁོ་ནས་ Media དོན་སྟོན་མི་ཐུབ་པ་
 བྱི་བྱར་བལྟས་ལེབ་མཐོང་རེད། འདི་ལ་མོལ་ཐིག་འཕྲིན་སྦྱར་བེར་ན་དམིགས་
 བསལ་གྱི་འཕྲིན་ལམ་སྐོར་གྱི་ཐ་སྐད་གསར་པ་ཞིག་ཆགས་སྟབས། དེ་ལ་Media
 སྐོར་གྱི་འགྲེལ་བཤད་ནམས་སྦྱར་ཆོག་པ་ཞིག་རེད།

【媒体 ཁ་བྱང་དང་པོ།】

རྒྱལ་ཡོངས་གྱི་བོད་ཡིག་འཕྲིན་སྦྱར་ཆོགས་འདུ།

全国藏语文媒体人相约拉萨

藏地阳光



སྐུ་ཉིད་གྱིས་གོང་གི་ 藏地阳光 ཞེས་པའི་རྒྱ་ཡིག་ཐོན་བོད་མཚན་ཏེ་
 རེད་འཕྲིན་རྟེན་ལ་དོ་སྤང་བྱེད་པར་དགའ་བསྟུ།

རྒྱལ་ཡོངས་གྱི་སྐབས་བཅོ་བརྒྱད་པའི་བོད་ཡིག་འཕྲིན་སྦྱར་

མཐུན་འབྲེལ་ཆོགས་འདུ་ལྷ་ས་རུ་འཆོག་པ།

第十八届全国藏语文媒体协作会在拉萨召开

ཁོ་ལོས་《བོད་ཡིག་ཚིག་གཏེར་རྒྱ་མཚོ་》ལས། མོལ་ཐིག་ཅེས་གིས་ཤིང་
དེའི་འབྲེལ་བཤད་དུ། དབྱིན་སྐད་དུ། Media ཞེས་དང་། རྒྱ་སྐད་དུ། 媒体
ཟེར་བ་དེ་ཡིན། །

དབྱིན་སྐད་དུ་དེའི་དོན་ནི། གསར་འགྱུར་གྱི་རིགས་ཡོངས་རྫོགས་ཅི་
མཁུགས་ཀྱིས་སྤྱི་ཚོགས་ཐོག་ཁྲབ་བསྐྱགས་བྱེད་སའི་སྒྲེགས་བྱ་དང་། ཁྲབ་
བསྐྱགས་ཀྱི་སྒྲི་ཆེན་འབྲེད་པའི་ལྷུ་མིག་ལྟ་བུ་ཞིག་ཡིན། མོལ་ཐིག་ལ་དབྱེ་ན། ༡
ཚོགས་པར་དང་། ༢ རྒྱང་འཕྲིན། ༣ བརྒྱན་འཕྲིན། ༤ དབྱིངས་ཐེར་བྱ་རྒྱ། ༥
དུས་དེབ། ༦ སློ་བཟུང་ཁ་པར་བཅས་རིགས་དྲུག་ཡོད་པ་རེད། མོལ་ཐིག་གི་
བྱེད་ལས་ནི། གནས་ཚུལ་གསར་པ་གང་བྱུང་ཐམས་ཅད་སྐད་ཅིག་གིས་སྤྱི་
ཚོགས་ཡོངས་ལ་ཁྲབ་བདལ་དུ་བསྐྱག་སྐྱབ་པའི་དྲ་བའི་ཐག་པ་ལྟ་བུ་ཞིག་ཡིན།
སྤྱིང་མོལ་གང་ཞིག་བྱེད་པའི་དོན་རྣམས་ཕན་ཚུན་ལྷུར་དུ་སྒྲེལ་སྐྱབ་པའི་དྲ་བའི་
ཐག་པ་དང་འདྲ་བས་ན་བྱེད་ལས་ཀྱི་སྒྲི་ནས་བཏགས་པའི་མིང་ཡིན་ཞེས་
གསལ། །

རྒྱ་མཚོན་དེས་ན། ཁོ་ལོས་《བོད་ཡིག་ཚིག་གཏེར་རྒྱ་མཚོའི་》ནང་དུ། རྒྱ་
ཡིག་གི་མིག་ཚིག་གསར་པ་བཟོ་སྤངས་ལ་དཔེར་བལྟས་ནས། མོལ་ཐིག་ཅེས་
གིས་ཡོད། “མོལ་” དབྱིན་ཇི་སྒྲ་དང་འདྲ་ལ། བཤད་པའི་དོན་ཡང་ཡོད་པ་
དང་། ཐིག་ནི་དྲ་བ་འབྲེལ་བྱེད་ཀྱི་ཐིག་གུའམ་ཐག་པ་ལྟ་བུ་གསར་འགྱུར་ལས་
སྒྲི་རྣམས་ཕན་ཚུན་འབྲེལ་བྱེད་ཀྱི་དོན་ལ་སྦྱར་འོས་པ་ཞིག་རེད།

《གངས་ལྗོངས་ཉི་གཞོན་》ནང་འཕྲིན་སྒྱུར་ཞེས་གིས་ཡོད་པ་དེ་མཐོང་བ་
ཅམ་གྱི་གསར་འགྱུར་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་པ་གོ་སྐྱབ་ཅིང་། དེ་ལ་མོལ་ཐིག་
ཅེས་སྦྱར་ན་དེང་རབས་གསར་འགྱུར་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་པའི་ཐ་སྦྱད་གསར་པ་
ཞིག་ཡིན་པའི་ཆོར་བ་སྟེར་རུས། སྤྱིར་བོད་སྐད་དུ། འཕྲིན་སྒྱུར་ཞེས་པ་རྒྱལ་
པོ་ལ་སོགས་དཔོན་རིགས་རྣམས་ཀྱིས་བརྗོད་གཏོང་བའི་བཀའ་འཕྲིན་ཡིག་སྒྲེལ་
བ་དང་།

གཞན་ཡང་མིའི་ལུས་སྤྱོད་སྤང་བར་གསུམ་དང་། འོན་ཏེ་སྤྱོད་དུག་
 རྒྱུ་ལྟར་གནས་སྤང་བ་ལ་བརྟུར་བའི་འཕྲིན་པ་ནི་ཅ་ཆུ་རྒྱུ་ཡིན་པའི་
 འགྲེལ་བཤད་ཡོངས་གྲགས་ཡོད་སྟབས། འཕྲིན་སྤྱོད་ཞེས་མཐོང་བ་ཅམ་གྱིས་
 གནས་ཚུལ་གསར་བ་ཕན་ཚུན་སྤྱོད་བའི་དོན་ཡིན་པ་བོད་སྐད་སྤྱོད་བ་ཀྱན་གྱིས་
 གོ་རུས།

སྤང་ནས་《 བོད་ཡིག་ཚིག་གཏེར་གྱི་མཚོ་ 》ནང་“མོ་ལ་ཐེག་འཕྲིན་སྤྱོད་ཞེས་
 ལེགས་བཅོས་བྱ་རྒྱུ་ཡིན། །

ཆུ་སྐད་དུ་媒体 འགྲེལ་བཤད་ནི། བེ་རུའི་ཐ་སྤྱོད་འགྲེལ་བཤད་ལས།

媒体（传播信息的媒介。它是指人借助用来传递信息与获取信息的工具、渠道、载体、中介物或技术手段。也可以把媒体看作为实现信息从信息源传递到受信者的一切技术手段。媒体有两层含义，一是承载信息的物体，二是指储存、呈现、处理、传递信息的实体。

“媒”是“女”字旁，《诗·卫风·氓》中有“匪我愆期，子无良媒”，古语又讲天上无云不下雨，地上无媒不成婚。可见，很早之前，“媒”主要是在男女婚嫁中起传情达意的中介作用。

མདོར་བཅུས་ན། ཆུ་སྐད་ཀྱི་དོན་ནི། 媒体 ཞེས་པ་དབྱིན་སྐད་ཀྱི་མིང་
 ཚིག་ལས་གཡར་བའི་སྤྱོད་འདུ་བ་ཡིན་པ་མ་ཟད། དེའང་“媒” ཞེས་པའི་ཡི་གེའི་
 དོན། གནའ་བོའི་ཆུ་སྐད་ཀྱི་ནང་དོན་ལས་ཕོ་མོའི་བར་བརྟུར་འཕྲིན་སྤྱོད་བའི་ཐ་
 སྤྱོད་ཅིག་ཡིན་པ་དང་། 体 ཚིགས་པའི་དོན་ཡིན་སྟབས། ནང་དོན་ལའང་
 བརྟུར་འཕྲིན་སྤྱོད་བའི་ཚིགས་པའི་དོན་ཡོད་པས་ན། སྤྱོད་ཀྱིས་ཀྱང་དབྱིན་ཇི་
 ཡི་གེ་དང་འདུ་བའི་ཐ་སྤྱོད་གསར་བ་ཞིག་ཡིན་ཟེར། ། བོད་སྐད་དུ་གོ་མི་བདེ་
 བའི་ཚིག་སྤྱོད། མིག་སྒར་ཡིག་ཆ་འགའ་ཞིག་ལས། 媒体 ལ་“སྤྱོད་སྤྱོད་”ཞེས་
 བསྟར་ཞིང་། སྤྱོད་ནི་གནའ་བོའི་འདུལ་བའི་ཐ་སྤྱོད་དུ། དགེ་ཚུལ་སྤྱོད་རྒྱུ་ལས་
 ཀྱིས་ཕོ་མོའི་འབྲིག་སྤྱོད་ལ་མཐུན་ཆུན་གྱི་ཆེད་དུ་འཕྲིན་སྤྱོད་བའི་ཕྱོག་པ་ལྟག་
 མའི་ཉེས་སྤྱོད་ཡིན་པས། ཆུ་ཡིག་བརྟུར་རྒྱུ་ 媒 དང་དོན་འདུ་བས་དེ་ལྟར་

བསྐྱར་བར་བཤད་འདུག། སྐྱེན་སྐྱེར་ཞེས་པ་འདིའི་དོན་སྐྱི་བཏང་བོད་རིགས་
 ཚོས་ཏ་གོ་མི་སྲིད། གལ་སྲིད་གྲུ་པ་མཁས་པ་ཡིན་ན་དགོས་ཀྱི་ལྷག་མའི་ཉེས་
 བྱེད་ཕྱི་ལ་པའི་གྲུ་པ་ཞིག་ལ་གོ་བ་ལས། གསར་འགྱུར་ལས་ཀྱི་བྱེད་མཁན་ལ་ནམ་
 ཡང་གོ་མི་སྲིད། འདིར་དེར་རབས་ཀྱི་བོད་སྐད་མིང་ཚིག་གསར་པ་བཟོ་བ་ལ་
 གནའ་བོའི་རྒྱ་སྐད་ཀྱི་བསམ་སློབ་རིག་གནས་རྟིང་པ་དང་འབྲེལ་དགོས་པའི་རྒྱ་
 མཚན་གང་ཡང་མི་འདུག།

བསམ་སློབ་འདི་ལྟ་བུའི་སློབ་ནས་བོད་ཀྱི་སྐད་ཡིག་བསྐྱར་བཅས་བྱས་ན། མ་
 འོངས་པར་བོད་དང་བོད་ཀྱི་རིག་གནས་བར་ཐག་རྗེ་རིང་དུ་འགོ་རེས། དཔེར་
 བ། དེར་དུས་བོད་ཡུལ་ཁག་གཅིག་ལ་རྒྱ་ནག་གི་ཞིང་ཆེས་ལོ་སར་ལ་བོད་ཀྱི་ལོ་
 སར་ཡིན་ཤིག་ཤིག་བྱེད་མཁན་གྱི་བསམ་སློབ་བཞིན་ནོ། །

དེས་ན་“སྐྱེན་” ཅེས་པའི་ཡི་གེ་དེ་ཐ་སྐྱེད་ཀྱི་མ་ཡིག་དབྱིན་སྐད་དང་སྐྱ་
 དོན་གཉིས་ཀྱི་ཆ་ནས་འབྲེལ་བ་ཅི་ཡང་མེད་པ་མ་ཟད། བོད་སྐད་ལའང་བོད་
 སྐྱེད་མེད་པའི་ཡི་གེ་ཞིག་རྒྱང་རིང་ནས་བསྐྱར་བ་ཐེངས་གཅིག་བྱས་ཏེ་མཐར་
 གནའ་བོའི་རྒྱ་སྐད་རྟིང་པ་ཞིག་དང་དོན་འདྲ་བ་བྱེད་དགོས་པ་ལ་རྒྱ་མཚན་
 གང་མ་མཐོང་། བསམ་སློབ་འདི་ལྟ་བུའི་བྱེད་སློབ་སློབ་ནས་བོད་སྐད་ཀྱི་ཐ་སྐྱེད་
 གསར་བཟོ་བྱས་ན། བོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་ལ་སྐར་ཟླ་ལྷོང་པའི་གདོན་ནད་ལྟར་མ་
 འོངས་པར་བོད་ཀྱི་རིག་གནས་ཀྱི་བྱུང་ཁུངས་དེ་རྒྱ་དཀར་ནག་གཉིས་པོ་གང་
 རུང་ལས་མེད་པའི་འབྲེལ་བཤད་ཅིག་ཆགས་རེས། །

སྐད་ནས་ཐ་སྐྱེད་གསར་པ་བཟོ་སྐབས་བོད་རང་གི་རིག་གནས་དང་བསྐྱེན་ཅི་
 ཐུབ་དགོས་ཤིང་། གལ་སྲིད་གཞན་སྐད་ཀྱི་གཡར་ཚིག་དགོས་ན་མ་སྐད་རྒྱ་
 སྐད་དང་། དབྱིན་སྐད་གང་ཡིན་དེའི་སྐྱ་དོན་དང་ཉེ་བ་ཞིག་བཅའ་ནས་དེ་ལ་
 འབྲེལ་བཤད་གནང་དགོས་པ་ནི། དཔེར་ན། རྒྱ་སྐད་ཀྱིས་དབྱིན་སྐད་ཐ་སྐྱེད་
 བོད་སྐྱེད་བྱེད་སྐྱེད་ཀྱི་ 媒体、幽默、浪漫、ལོ་སྐྱེས་པ་ལ་དཔེར་བཞག་ན་
 འབྲས་པར་སེམས། །

ཁ་ནས་བོད་སྐད་གཅིག་གྱུར་འབྱོར། །

དོན་ལ་རང་འདོད་གསེར་ལས་བྱིན། །
མཐུན་སྦྱོར་ཚོགས་འདུ་བཅོ་བརྒྱད་མཐར། །
མོལ་ཐིག་媒体 སྡེ་པ་བཅོ་བརྒྱད་གྱུས། །
དཔུང་ཚོམ་འདི་ཡི་དག་བ་ཡིས། །
རང་འདོད་ང་རྒྱལ་ཉེ་ཞི་ཞིང་། །
རང་སྤྲད་གསར་པའི་ཐ་སྙད་ན་མས། །
གཅིག་གྱུར་བསམ་སློ་སྦྱོར་བར་སྟོན། །

ཞེས་ཐོད་ཀྱི་བཅོ་དག་སྤྱི་བའི་རྒྱལ་ཁམས་པ་ཐུབ་བསྟན་ཐུན་ཚོགས་དེས་སྤྱི་ལོ་༢༠༡༥ལོའི་
ཟླ་བ་༧པའི་ཚེས་༢༥ཉིན་ཆིང་ཁྲིན་རི་ཐོའི་ཞོལ་དུ་ཆིང་ཡོན་མགོན་ཁང་ནས་སྤྲིངས་སོ། །



བདེན་རྒྱན་དབྱེ་འབྱེད་ཀྱན་གསལ་མེ་ཡོང་།

2018.9.4

དགྲ་དང་སྒྲིགས་པོ་གང་ཡིན་དང་། །
 ལུལ་དང་གྲུབ་མཐའི་བྱང་མེད་པར། །
 བདེན་པའི་དོན་དང་སྤྱོད་འགལ་ན། །
 བྱིད་ལ་དགག་པ་བྱེད་ངེས་ཡིན། །

བདག་ལ་སྤང་བའི་དགྲ་པོ་དང་། །
 གྲུབ་མཐའ་ལྟ་སྒྲིགས་ཡིན་ཀྱང་བྱང་། །
 བདེན་པའི་དོན་དང་མ་འགལ་ན། །
 བདག་ནི་བྱིད་ལ་གྲུས་འདུད་ལྟ། །

སྤྱི་དོ་མཐའ་ཡས་དོ་རྩེ་ལགས། བྱིད་དངོས་གནས་ནང་པའི་ཆོས་ལ་དད་པ་
 ཡོད་ན། ལས་རྒྱ་འབྲས་ལ་ཡིད་ཆེས་ཡོད་ན། རོ་ཆ་མེད་པའི་སྤྲོད་ཆ་དང་།
 མཇེད་སྤྱོད་དེ་འདྲ་མ་གནང་། རོ་ཆ་མེད་པའི་གཡོ་སྤྱོད་ཀྱི་ཐབས་ལ་
 བརྟེན་ནས་རྒྱས་སྤྱོད་ཀྱི་འཆོ་བ་རྟེན་ནའང་སེམས་པ་སྤྱོད་པོ་ཞི་ཡོད། བདེན་
 ཏུང་གི་ལམ་ནས་ཟས་གོས་སྤྱོད་མོ་ཅམ་ལ་བརྟེན་ནའང་སེམས་པའི་ཐོག་དཀའ་
 ངལ་དང་གཞོན་ཤུགས་གང་ཡང་མེད་པ་སྤྱོད་པོ་ཡོད་ངེས། རང་སྤྱོད་རང་ལ་སྤྱོད་
 ཏུ་མ་གྱུར་པ་རེད། བྱིད་རང་གི་བསམ་སྤྱོད་དང་། བྱ་སྤྱོད་ལ་ཡང་བསྐྱུར་ཐེངས་
 གཅིག་སྤྱོད་དང་། རོ་ཆ་ཞིང་འདུག་གམ་མི་འདུག་ཀྱི་ལུ་ཏེ་རོ་ཆ་ཞིང་མི་འདུག་
 ན་བྱིད་ནི་འཛིག་རྟེན་མི་ལུགས་ལས་འདས་པའི་བྲམ་པ་བྲམ་ནག་ཟེར་བ་དེ་
 ཆགས་ཆར་པ་རེད། ངས་སྤྱོད་བརྟེན་བྱས་ཀྱང་ཕན་ཐོགས་གང་ཡང་ཡོད་མི་
 སྤྱོད། བསྐྱུར་སྤྱོད་ཀྱང་མ་གྱུར་པར་གྱུ་པ་ལོག་ན་འགྲིག་གི་རེད། རང་དབང་
 རེད། གྲུ་པ་ལོག་མཐའ་མང་པོ་ཡོད་པ་རེད། མི་སྤྱོད་པ་མ་རེད། གྲུ་པ་ལོག་
 ན་ལོག་

སའི་ལམ་ལ་ཚུལ་མཐུན་ལྷགས་མཐུན་གྱིས་འགོ་ན་འགྲིག་གི་རེད། ངས་འདིར་
 མཐའ་ཡས་རྩོམ་གཅིག་བྲུ་ལ་བེར་ཁིང་མེད། དེར་དུས་པོད་ཀྱི་སྤྱི་ཚོགས་ནང་
 སྤྱི་ལོག་གི་བྲུ་སྤྱི་མ་དང་། སྤྱི་ལོག་གི་བྲུ་སྤྱི་མ་བྱེད་ནས་པོད་མི་དམངས་
 མགོ་བསྐྱར་གཏོང་མཁན་ཆང་མ་ལ་སྤྱོད་རན་དེ་འདྲ་མ་བྱེད་བེར་ནས་འཕོད་
 སྤྱི་ལ་ཁུ་ཁིང་ཡོད། །

པོད་རིགས་སྤྱན་རླུང་ནམ་པ། དུས་རབས་ཉེར་གཅིག་པའི་དུས་འདིར་ས་ཡི་གོ་
 ལའི་ཐོག་གི་རིག་གནས་ཀྱི་འཕེལ་ཕྱོགས་དེ། རང་གི་སློ་རིག་དང་། རིག་གནས་
 ལ་བརྟེན་ནས་འཚོ་བ་ཡར་རྒྱས་གཏོང་བའི་དུས་རབས་ཤིག་རེད། སྐབས་འདིར་
 མི་ཆང་མ་ཕན་ཚུན་འདྲ་མཉམ་གྱི་སློ་ནས་དཔལ་འབྱོར་དང་། སློབ་གསོའི་མཐུན་
 རྒྱུན་སློར་ལ་ཕན་ཚུན་རོགས་རམ་བྱ་རྒྱ་ཆེ་དུས་རབས་འདིའི་ལ་རབས་ཀྱི་སྤྱོད་
 བཟང་ཞིག་རེད། །འོན་ཀྱང་དུས་རབས་འདིར་ཆོས་ལྷགས་ཀྱི་བྲན་གཡོག་དུ་གྱུར་
 བྱས་འཇིགས་སྐྱེ་གི་ཁོར་ལྷག་ནང་དུ་འཚོ་བ་སྦྱེལ་དགོས་མཁན་དེ་ཨ་རབ་པོའི་
 ཁ་ཆེའི་ལུང་པ་འགའ་ཞིག་གི་མི་རིགས་རྣམས་རེད། དེ་བཞིན་དུ་སྤྱན་རླུང་སྤྱོད་ཀྱི་
 བྲན་གཡོག་དུ་གྱུར་ནས་བཀྲེས་སློམ་དང་། ལུ་གཤེའི་འཚོ་བ་སྦྱེལ་ནས་བསྐྱེད་
 དགོས་མཁན་དེ་ཨ་རྒྱེ་རི་ཀའི་མི་ནག་པོའི་ལུང་པ་ཁ་ཤས་ཡོད་པ་རེད། །དེར་
 རབས་ཀྱི་སློབ་གསོ་ལ་དོ་སྤྲོང་མ་བྱས་ན་དུས་ནམ་ཡང་ང་ཚོ་རྩིས་ལུས་ཀྱི་སྤྱི་
 ཚོགས་ནང་དུ་གནས་དགོས་པ་ཆོས་ཉིད་རེད། ང་ཚོ་གངས་ཅན་པོད་པ་ཚོ་ཡང་
 འཇམ་སྤིང་མི་རིགས་སྤྱི་དང་འདྲ་བ་རང་རང་གི་སློ་གྲོས་དང་། རིག་གནས་ལ་
 བརྟེན་ནས་རང་དང་རང་གི་བྲུ་རྒྱུད་རྣམས་ཀྱི་འཚོ་བ་དང་། སློབ་གསོ་ཡར་རྒྱས་
 གཏོང་རྒྱུའི་གོ་སྐབས་དང་། མཐུན་རྒྱུ། འོས་འགན་ཆང་མ་ང་ཚོའི་མདུན་ན་
 གནས་ཡོད་པ་རེད། དེས་ན་ང་ཚོའི་བྱི་ཐོག་གི་དཔོན་པོ་དང་། གདུགས་
 ཞབས་ཀྱི་སྤྱི་སྤྱུལ། རྒྱ་ཆེ་བའི་མི་དམངས་ཆང་མས་རང་བསམ་གཏོང་ནས་ཕན་
 ཚུན་བར་ལ་འདྲ་མཉམ་གྱི་སློ་ནས་རང་རང་གི་འཚོ་ཐབས་བཅའ། གཡོ་སྤྱོད་
 འབྲུལ་གསུམ་གྱིས་ཕན་ཚུན་མགོ་བསྐྱར་རེས་མི་བྱེད་པ་དང་། ལྷག་བསམ་རྣམ་
 དག་གིས་ལས་འབྲས་ལ་ཡིད་ཆེས་བྱས་ན། པོད་ཀྱི་སྤྱི་ཚོགས་དེ་ནི་བདེ་དང་

འདྲ་མཉམ་གྱི་ཡར་རྒྱས་ཡོང་བྱུང་ངེས་རེད། སྤང་མས་མགོ་བསྐྱོར་འདི་འདྲ་གཏོང་
ན་གཞན་ཏུ་བྱམ་པ་དང་རྩམ་མ་ཟེར་བ་ཞིག་གང་ལ་ཡོད། མཐའ་ཡས་རྩི་རྩེ་
བྱང་མེད་དང་འབྲེལ་ནས་བསྐྱབ་སྒྲིམ་གྱི་བསྐྱུང་བྱ་གཅིག་ལོག། སྒྲིམ་པ་ལོག་པ་
དེ་ཡོན་ཏན་ཏུ་བརྒྱས་ནས་དྲིལ་བསྐྱགས་པ་མི་ཆོས་སྤང་མའི་རྩོན་བྱས་པས་བསྐྱུང་
བྱ་གཉིས་པ་ལོག། །རང་གི་ནག་ཉེས་འགོག་སྐྱུང་བྱ་བའི་ཆེད་ཏུ་ཀྲམ་པ་ཆོས་
དབྱེངས་རྩི་རྩེ་ལ་སྒྲིམ་པ་མེད་པའི་མ་ཉེས་ཁ་ཡོག་བརྒྱབས་པས་ཀྲམ་པའི་དམ་
ཆོག་དང་འགལ། དེ་ལྟ་བུའི་རྩོན་པ་ཤུག་བྱུང་བའི་ཆོས་ལུགས་དང་འགལ་བའི་
བྱ་སྤྱོད་དན་པ་འདི་འདྲ་བྱེད་མཁན་ཞིག་ལ་ད་རུང་ཡིད་ཆེས་བྱས་ན། བོད་པ་
དང་ཕག་པ་གཉིས་ལ་བྱུང་པར་གང་ཡོད། ཀྲམ་པ་བཅོ་ལྔ་མཁའ་བྱུང་རྩི་རྩེས་
གསང་ལུམ་བཞེས་ནས་བཀྲ་ཤིས་པའི་བྱ་བ་དང་། བསྐྱུན་པ་ལ་ཕན་པའི་ཡོན་
ཏན་གང་ཡང་བྱུང་ཡོད་མ་རེད། བྱིས་ཆང་བཟའ་འཁྲུགས་ལངས། སྤང་བྱང་
དང་དགོན་པ་འཁྲུགས། རྩི་བྱ་ལུང་པ་གང་གི་མཐར་བཟའ་ཆང་བྱེ་བྲལ་སོང་།
གསང་ལུམ་དེ་ལྟ་སའི་སྤྱད་ལྷང་ར་ཆང་སར་མནའ་མ་བྱིན། ཁོང་རང་ཉིད་
སྤང་ཡང་རབ་ཏུ་བྱུང་སྟེ་བསྐྱབ་སྒྲིམ་ཞུས། སྤང་དགྲུང་ལོ་དྲུག་པ་ཀོང་སྤུལ་ཡོན་
ཏན་རྒྱ་མཚོའི་ཡང་སྤྱད་ངོས་འཛིན། དགྲུང་ལོ་བརྒྱ་གཉིས་པར་ཁམས་སྟེ་དགའི་
དཔལ་སྤངས་དགོན་ཏུ་བཏང་། དེ་ནས་བརྒྱུད་ཀྲམ་པ་སྤང་མ་གཤེགས་བར་ཡབ་
སྤང་ཞལ་མཇལ་བྱུང་ཡོད་མ་རེད། ཁྱོད་ཀྱིས་ཀྲམ་པའི་མཇུག་སྤྱོད་ལ་སྤྱོད་སྤྱོད་
བྱེད་དགོས་ན། མཁས་བརྩན་བཟུང་གསུམ་འཛོམས་པའི་སྤྱ་སྤྱང་རིམ་བྱོན་ནམས་
ལ་མིག་དཔེ་མི་བྱ་ཞིང་། སྤྱ་སྤྱང་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ནང་ཏུ་གྲུ་ལོག། །བཟའ་འཛོམ་
བཀའ་ཡར་ལོག་བྱས་པའི་སྤང་མའི་མཇུག་སྤྱོད་སྤྱག་ཤོས་དེ་ལ་དཔེ་ལྟ་དགོས་པའི་
རྒྱ་མཚན་གང་། མཐའ་ཡས་རྩི་རྩེའི་ཡི་གེའི་ནང་ཏུ་སྤང་གཞན་ཞིག་ལྟ་དམར་
སྤྱ་སྤྱང་བརྒྱ་གཉིས་པ་ངོས་འཛིན་བྱས་པ་རེད་ཟེར་བ་ནི། ལོ་རྒྱུས་ཡིག་ཆང་གང་
ཏུའང་མེད་པའི་རྩོན་མ་རྩོན་ནག་ཅིག་རེད། རྒྱ་མཚན་དང་པོ། ལྟ་དམར་སྤྱ་
སྤྱང་བརྒྱ་པ་མི་ཕམ་ཆོས་ཀྱུང་རྒྱ་མཚོ་སྤྱ་གཤེགས་པ་དང་། བོད་སྟེ་པ་གཞུང་
གིས་ཀྱང་སྤྱད་ངོས་འཛིན་བྱེད་མི་ཆོག་པ་དམ་བསྐྱགས་བྱས་པར་བརྟེན། བཀའ་

བརྒྱད་པའི་རྒྱལ་བ་ལྷ་དམར་ནག་གཉིས་ཟེར་བའི་ལྷ་དམར་གྱི་ཐོབ་ཐང་དེ་སི་རྩ་
 ཚོས་འབྱུང་ལ་ཐོབ་ནས་སི་རྩ་བཀའ་བརྒྱད་པའི་བླ་མ་གྱི་ཐོབ་གཉིས་པར་གྱུར་པ་
 རེད། འོན་ཀྱང་སི་རྩའི་ལྷ་དམར་པོ་བཞེས་པ་ནི་དེའི་གོང་གི་སི་རྩ་སྤྱི་ཕྱིར་དྲུག་
 པ་དགེ་ལེགས་དཔལ་བཟང་སྐབས་ནས་ཡོད་པ་རེད། རྒྱ་མཚན་གཉིས་པ། ཀམ་
 པ་བཅུ་དྲུག་པས་སྤྱར་ཡང་ལྷ་དམར་གྱི་ཡང་སྤྱི་དོན་འཛིན་གནང་སྐབས་འདི་
 ལ་སྤྱི་ཕྱིར་བཅུ་གཉིས་པ་ཞེས་དོན་འཛིན་གནང་ཡོད་པ་སྐབས་དེའི་མི་རྣམས་
 གྱིས་ཤེས་གསལ་ལ་འདིར་གསལ་བཤད་དགོས་པ་མི་འདུག།

སྤྱན་རླབས་ལ། ང་ཚོ་ཚང་མས་རང་གི་མི་རིགས་དང་རིག་གནས་ཀྱི་ཁེ་ཕན་
 རྒྱར་སྦྱོབ་བྱ་བའི་ཆེད་དུ། རང་རིགས་ལ་མགོ་བསྐྱོར་གཏོང་མཁན་གྱི་བླ་མ་དང་།
 རྒྱལ་ཁབ་གྱིས་མི་དམངས་ལ་གནང་པའི་སྒྲོར་མོ་སྒྲོག་ཟེད་མཁན་གྱི་དཔོན་
 རིགས་འདི་རྣམས་ཐམས་ཅད་ལ་སྦྱོན་བརྒྱན་དང་ཐེར་འདོན་བྱེད་དགོས། ས་
 སྦྱོགས་དང་། བྱུང་མཐའ། སྒོགས་པོ་དང་གཉེན་ཉེ་སྐྱེས་གང་ལའང་ངོ་རྒྱུང་
 མེད་པ་སྦྱོན་བརྒྱན་བྱས་ན་བོད་ཀྱི་ཚོས་དང་། རིག་གནས་སྐྱེས་མི་རིགས་སྤྱིའི་
 ཁེ་ཕན་རྒྱར་སྦྱོབ་བྱེད་བྱུང་པ་མ་ཟད། ལྷ་མ་ཞིག་བོད་ཀྱི་སྤྱི་ཚོགས་ནང་ཁྲུ་པ་
 དང་རྩམ་མ་འདི་ཚོ་གནས་པའི་ཡུལ་མེད་པར་ཆགས་ནས། དཔལ་ཡོན་གཉིས་
 ལྷན་གྱི་སྤྱི་ཚོགས་ལ་རབས་ཤིག་རྩ་འབྱུར་དེས་རེད། བླ་མ་སྒྲོམ་པ་ལོག་ནས་ཡོན་
 ཏན་རྩ་བརྩས་ཤིང་སྒྲོམ་པ་ལོག་པའི་ཐན་ཕྱག་ཚང་མ་སྤྱལ་སྤྱར་བསྐྱར་བའི་ལོག་
 ཚོས་འདི་མཐའ་ཡས་དོ་རྩེ་གཅིག་སུ་ཅུ་མ་མ་རེད། དུས་རབས་གོང་མའི་ནང་
 ལས་རྒྱ་གར་དང་། བལ་ཡུལ་ན་བཅའ་ཕྱོད་བྱས་ཡོད་པའི་བླ་སྤྱལ་རྣམས་ཀྱི་
 ལྷ་དམར་ཚོས་ལོག་འདི་སྤེལ་བ་རེད། རྒྱུང་གོའི་གྲ་ཡངས་སྤྱི་དྲུས་དང་། མི་
 རིགས་སྤྱི་དྲུས་ལེགས་བཅོས་བྱས་པའི་རྩེས་སུ་བླ་ལོག་གི་ནད་རན་འདི་བོད་
 ལ་དར་བྱུང་བྱུང་བ་རེད། བླ་ལོག་གི་སུ་བླ་མ་དང་། སྤྱལ་ལོག་གི་སུ་སྤྱལ་
 སྤྱི་མང་པོ་བྱུང་བ་རེད། ད་ཅུང་རྒྱ་ཚོང་དཔོན་རྣམས་སྤྱལ་སྤྱི་དོན་འཛིན་བྱས་
 ལས་རྒྱ་ལོ་གཡོ་ལེན་བྱེད། རྒྱ་མོ་མཛེས་མ་རྣམས་མཁའ་འགྲོ་དོན་འཛིན་བྱེད་
 ལས་གཡོ་རྒྱ་རྒྱུ། དེ་ལྟ་བུའི་བོད་ཀྱི་ཚོས་ལུགས་རིག་གནས་གཏོར་བརྒྱག་གི་

བྱ་སྤྱོད་མང་པོ་ཞིག་སྤེཾ་ཚར་པ་རེད། འདི་རིགས་ལ་ལོག་སྤྱོད་སྤྱ་མའི་ནག་ཉེས་
ནམ་མཁའ་གང་བ། ཞེས་ཟེར་ན་འགྲིག་པ་ཞིག་རེད། སྤྱབས་དེའི་དུས་གི་བོད་
གི་སྤྱི་ཚོགས་དང་། བོད་མིའི་ཡོན་ཏན་གི་ཚད་གཞི་ཞན་པོ་གནས་ཡོད་སྤྱབས།
མགོ་བསྐྱར་སྤྱ་མོ་རེད། ད་ལྟའི་མི་རབས་གསར་པ་འདི་ཚོ་དེ་དང་འདྲ་མ་རེད།
སྤྱི་ཚོགས་ཡར་རྒྱས་འགོ་ཚར་པ་རེད། བོད་མི་སྤྱིའི་ཡོན་ཏན་གི་ཚད་གཞི་མཐོན་
པོ་ཆགས་ཚར་པ་རེད། ལྷག་པར་དུ་གཞིན་ཅུ་ནམས་མགོ་བསྐྱར་ལས་སྤྱ་པོ་ཡོད་
མ་རེད། བྱས་ཅང་སངས་རྒྱས་ཚོས་ལུགས་འདི་ཡུན་རིང་ཅམ་གནས་སྤྱབ་པའི་
ཆེད་དུ་གྲ་པ་ཚོས་ཀུན་སྤྱོད་ཡག་པོ་དང་། བདེན་པ་བདེན་སྤྱབ་གནང་རོགས།
ཤུག་སྤྱབ་པའི་ཚོས་ལུགས་ལ་སྤྲོམ་པ་ལོག་ནས། ཚོས་གོས་ཁྱོན་པའི་པ་ཆན་ཞིག་
བྱང་ན་དེའི་བྱ་ལ་ཐན་སྤྱག་ཟེར་དགོས་རེད། ཐན་སྤྱག་གི་ལག་པ་མགོ་ལ་བཞག་
ན་ཚོས་ལུགས་གི་དབང་དུ་བྱས་ན་ང་ཚོ་ལ་གྲིབ་ཀ་དང་གདོན་ཁའི་ནད་འདྲ་
འབྱུང་གིད། །ངའི་ཚ་བོ་ཞིག་གིས་བྱིའི་སྤྱ་གྲ་བྱི་དང་། བག་གི་སྤྱ་གྲ་པག་ཡིན་
ན། སྤྱལ་སྤྱའི་བྱ་སྤྱལ་སྤྱ་ལོས་ཡིན་ཟེར་ནས་ཀྱ་རེ་བཤད་ཅིང་འདུག །ད་དངོས་
གནས་དེ་འདྲ་པོ་ཞིག་ཆགས་ཚར་འདུག །བསྟན་པ་དང་སེམས་ཅན་ལ་པན་པའི་
སྤྱ་མ་ཞིག་བྱེད་འདོད་ཡོད་ན། དགེ་སྤྱོད་དང་དགེ་ཚུལ་གང་ཡིན་ཡང་རང་རང་
གི་བསྤྱང་བྱའི་བསྤྱབ་སྤྲོམ་དེ་ཡག་པོ་ཞིག་སྤྱང་། ལན་དང་རེ་བ་ལ་མ་སྤྱོས་པའི་
ལྷག་བསམ་ནམ་དག་གིས་རང་རྒྱས་གང་ཡོད་གིས་མི་དམངས་ལ་ཞབས་ཞུས་
བསྤྱབས་ན། ལྟ་དང་སྤྱང་མ་ཡང་སྤྱགས་མཉེས། རྩེ་འབངས་མི་སེར་ཡང་དད་
པ་སྤྱོས། རང་གཞན་གཉིས་པན། འདི་སྤྱི་གཉིས་སྤྱོད་རེད། ད་ལྟའི་སྤྱ་སྤྱལ་
པལ་ཆེར་བ་ཞིག་གིས་དད་པ་བྱེད་ས་དེ་རྒྱ་ཁོར་དང་། དབང་ཆ་རེད། རང་
གི་བསྤྱང་བྱ་གལ་ཆེ་ཤོས་འདུལ་བའི་བསྤྱབས་བྱིམས་ནམས་མི་སྤྱང་། མདོ་སྤྱེ་
ལ་ཁ་གཡར་ནས་སྤྱེ་འབངས་མི་སེར་ལ་བཟའ་བདུང་གི་བྱིམས། ཁྱོན་གོས་གི་
བྱིམས། འགོ་འདུག་གི་བྱིམས་མང་པོ་ཞིག་བཞག་ནས་མི་དམངས་ནམས་རང་
གི་དབང་འོག་དུ་བསྤྱ། འགའ་ཞིག་གིས་གསང་སྤྱགས་ལ་ཁ་གཡར་ནས་མི་དགེ་
བཅུ་དང་། མཚམས་མེད་ལྷ་སོགས་སྤྱག་རིགས་ངན་ཚད་འཚལ་ཉོག་དུ་སྤྱོད།

ད་རུང་ཡོན་ཏན་ཡིན་པའི་ཐོལ་དང་། སྡོན་ཤོན་གྱི་སྒྲིམ་བྱ་དམ་པ་འབྱུ་མི་པམ་
 དང་། རྩ་དཔལ་སྤུལ་སོགས་ཀྱི་མཚན་སྒྲིམ་ཏེ་ཁོ་ཚོ་དེ་དག་གི་སྤུལ་སྤྱི་ཡིན་ཟེར་
 མཁན་འདི་ཚོ། ཆོས་ཀྱི་དབང་རུ་བྱས་ན་དམ་པའི་སྒྲིམ་བྱ་ལ་དམའ་འབེབས་
 པའི་དམ་ཉམས་དང་། འཇིག་རྟེན་གྱི་དབང་རུ་བྱས་ན་ཁྲམ་པ་དང་། རུམ་པ་
 དངོས་རེད། ང་ཚོ་ཚང་མ་ཚོངས་གཉིད་ལས་སད་དེ་འདི་རིགས་ཚང་མ་ལ་
 དགག་པ་བརྒྱབ་ན་པོད་ཀྱི་སྤྱི་ཚོགས་ཡར་རྒྱས་འགོ་བ་དང་། ཁྲམ་པ་རྒྱ་བའི་
 ཁོར་ལྷག་མེད་པའི་དགོ་མཚན་ཡོད། འདིར་ངས་ཚོངས་གཉིད་ལས་སད་ཟེར་
 བ་དེ་ཆོས་ལྷགས་ལ་དགག་པ་རྒྱུ་མཁན་ཞིག་ལ་ཟེར་བ་མིན། ཚོངས་གཉིད་
 ལས་སད་ཟེར་བ་དང་། དེར་རུས་རྟོག་སད་པ་ཟེར་བ་དེ་རྣམས། ཆོས་དང་
 ཆོས་མིན་གྱི་རྣམ་པར་དབྱེ་ཤེས་མཁན། ཆོས་ལྷགས་ཀྱང་དག་དང་། སྤྲེལ་
 ཡང་དག་ལ་དད་པ་བྱེད་མཁན། ཆོས་ལོག་དང་སྤྲེལ་ལོག་ལ་དགག་པ་རྒྱུ་མཁན།
 ཤེས་རིག་སྤྱོད་གསོ་ལ་དགའ་ཞེན་བྱེད་མཁན། སྤྱིང་འབྱོར་རིག་གསུམ་ལ་དོ་
 སྤང་བྱེད་མཁན། རང་གི་རིགས་རྒྱུད་ལ་མདུན་ལམ་བཅོལ་ཤེས་མཁན་བཅས་
 ཀྱི་དམིགས་བསལ་གྱི་ཡོན་ཏན་དང་། བྱུང་ཆོས་ལྡན་པའི་གང་ཟག་རྣམས་ནི་
 རྟོགས་སད་པ་ཟེར་ཆོག་སྟེ། ང་ཚོས་སྤུལ་རྒྱུན་རིག་གནས་རྒྱུན་འཛིན་བྱེད་
 དགོས་ཟེར་བ་དེ་ལ་གོ་བ་ཡང་དག་ཅིག་ལེན་དགོས། སྤང་སྤུལ་རྟེན་པ་རྣམས་
 རུས་རབས་དང་བརྒྱན་ནས་ལེགས་བཅོས་བྱེད་ཅིང་། སྤྱིགས་དོར་བརྒྱད་ལེན་གྱི་
 སྤོ་ནས་རྒྱུན་འཛིན་དང་དར་སྤེལ་གཏོང་བ་འཇོམ་སྤྱིང་མི་རིགས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་
 ལྷགས་སྤུལ་ཞིག་རེད། རུས་རབས་དང་མི་མཐུན་པ། སྤྱི་ཚོགས་ལ་པན་ཐོགས་
 མེད་པའི་རིག་གནས་དང་ལྷགས་སྤུལ་རྟེན་པ་རྣམས་ནི་གད་སྤྱིགས་ཆགས་ཚར་
 པ་རེད། དཔེར་ན། གདོད་མའི་རུས་སུ་གཅིར་བྱར་རྒྱ་མཁན་དང་། མི་ཤ་བ་
 མཁན་སོགས་ཡོད་པ་དང་། བྲན་གཡོག་ལམ་ལྷགས་སྤྲེལ་སུ་ལྷུལ་གྱི་དཔོན་
 བོ་ཤི་ན་འཁོར་འབངས་ལྡན་རུ་རུར་རུ་སྤྲེལ་བའི་ལྷགས་སྤུལ་དང་། མ་བག་མ་
 ལེན་པའི་ལྷགས་སྤུལ་སོགས་ཡོད་པ་དེ་དག་ཚང་མ་སྤྲེལ་དེའི་རུས་ཀྱི་སྤུལ་རྒྱུན་
 རིག་གནས་རེད། རྒྱུན་འཛིན་དང་དར་སྤེལ་གཉིས་ཀ་བྱས་ཡོད་པ་རེད། འོན་

ཀྱང་དེ་འདྲའི་རིག་གནས་དེ་དང་རྒྱུ་ལྡན་འཛིན་བྱེད་མཁན་ས་ཡི་གོ་ལའི་ཐོག་
 ཏུ་མེད་པ་ཆགས་ཚར་པ་རེད། དེ་བཞིན་རུ་ང་ཚོ་བོད་ཡུལ་རུ་དང་རྒྱུ་སྤྲུལ་
 རྒྱུ་དང་། གཏུང་རྒྱུ་ཟེར་བ་དེ་ཚོ་བཀས་བཀོད་རྒྱུ་ལྡན་དང་། བྱ་
 གཡོག་ལམ་ལུགས་ཀྱི་ཤུལ་བཞག་གི་བསམ་སློབ་ཉལ་ཐ་ཞིག་རེད། བསམ་སློབ་འདི་
 བྱི་རང་རང་གི་སློབས་པ་དང་འཛིན་ཐང་དེ་མར་གཞོན་ཞིང་། རྒྱ་མཚན་གང་
 ཡང་མེད་པར་མོངས་པའི་སློན་ནས་རང་ཉིད་གཞན་གྱི་བྱ་རུ་བྱེད་རྒྱུ་པ་འདི་
 བྱི་བསམ་སློབ་ཉལ་ཐ་ཞིག་རེད། ལྷན་ཞབས་ཅན་གྱི་ཡ་རབས་སློབ་བཟང་ཟེར་
 བ་དེ་ཕན་ཚུན་འདྲ་མཉམ་གྱི་བསམ་སློབ་མང་གཞིའི་ཐོག་རུ་ལྷན་ཞབས་བྱེད་
 རེས་ཏེ་དང་རྒྱུ་རྒྱུ་སྤྲུལ་གྱི་ལུགས་སློབ་ལྟར་བྱས་ན་དེ་བྱི་བསམ་པའི་དཔལ་
 ཡོན་ཞིག་རེད། ཤར་སྤྲུལ་པ་རྒྱ་རིགས་དང་། བོད་རིགས་སོགས་ཀྱི་སློབ་རྒྱུ་
 རྒྱེད་པའི་ལུགས་ལ་དཔོན་ལ་གྱས་པ། རིགས་རྒྱུ་ལ་གྱས་པ། སླ་སླུལ་ལ་གྱས་
 པ་སོགས་ནི་བྱ་གཡོག་རང་བཞིན་ཅན་གྱི་བསམ་སློབ་མང་གཞིའི་ཐོག་ནས་
 བྱང་བ་ཞིག་ཡིན་སྟབས་ང་ཚོས་ངེས་པར་རུ་བསྐྱར་བཀོད་དགོས་པ་ཞིག་རེད།
 ང་ཚོའི་བསམ་པའི་ཉལ་ཐ་དེ་གད་སྤྲིགས་ནང་རུ་དབྱགས་རན་པའི་རྒྱུ་སྤྲུལ་
 སློབས་ཚར་པ་རེད། རྒྱུ་རབས་འདི་ནས་གཞོན་ནམས་ནས་འགོ་བཅུགས་ཏེ་
 རང་ཉིད་ལ་ཡོན་ཏན་ཡོད་པ་བྱ་རྒྱུ་དང་། ཁྱི་ཚོགས་ཀྱི་ལུགས་སློབ་ངན་པ་
 རྒྱུ་སྤྲུལ་འགོག་སྟབས་པར་བྱ་སྟེ། མ་འོངས་པའི་བོད་ཀྱི་ཁྱི་ཚོགས་དེ་དཔལ་ཡོན་
 གཉིས་ལྡན་གྱི་ཁྱི་ཚོགས་ཤིག་རུ་ཆགས་སྟབས་པར་འབད་བཅོན་བྱ་དགོས།

ཞེས་པ་མཐའ་ཡས་རྩོམ་རྒྱ་གར་རྩོམ་པ་ལྟར་རྒྱུ་ཀྱི་འཁོར་ལོ་བསྐྱར་བའི་ཡི་གེ་
 རྒྱུ་སྤྲུལ་བྱེད་པའི་མཐོང་བས་རྒྱུ་བྱས་ཤིང་། དེ་དང་རྒྱུ་བོད་ཀྱི་སླ་སླུལ་མང་པོས་སླ་
 མ་གོང་མའི་མཚན་ཁྲིམ་ནས་རྒྱུ་ཀྱི་མཛད་མིན་ལ་ཡིད་སྤྲོ་བའི་ངང་རུ་རང་རིགས་སྤྲུལ་
 རྒྱུ་སྤྲུལ་ལ་《བདེན་དོན་གསལ་བའི་འབྲོག་སྤྲུལ་》 ཞེས་པ་འདི་ནི་བོད་ཀྱི་བདེན་དོན་བཅའ་
 བའི་རྒྱལ་ཁམས་པ་སྟབས་བསྟན་པུན་ཚོགས་དེས། ཁྱི་མོ་༢༠༡༤ལོའི་ཟླ་བ་༧པའི་ཚེས་༤ཉིན་རྒྱ་
 རག་ཆིང་ཁྲོན་རི་བོའི་ཞོལ་གྱི་ཆིང་ཡོན་མགོན་ཁང་ནས་སྤྲུལ་སོ། །

དགེ་སློབ་རྩན་འཛིམས་བྱན་རྟེན་སྒྲ་པར་ལ་ཡུལ་བ།

2018.9.22

སྤྱིས་པའི་ཡུལ་ནི་གངས་ཅན་བོད་ཀྱི་ཡུལ། །
རིག་པའི་སློ་སློ་པེ་ཅིང་གྲོང་དུ་བྱེས། །
གཞོན་ལུང་ལང་ཚོས་རང་རིགས་བདེ་སྦྱིད་བསྐྱུན། །
དེང་རབས་ཤེས་ཡོན་པ་རྣམས་བོད་ཀྱི་མགོན། །

ཚོགས་ཆེན་བརྩ་དགུའི་ལམ་སྟོགས་ཀྱང་དག་འཛིན། །
བོད་སྤྱངས་མི་དམངས་དབུལ་ཕོངས་རྒྱ་ལས་དགོ་ལ། །
རང་གི་རིག་གཞུང་སྟོབས་པའི་གཡང་དུ་ལེན། །
ཐུབས་ཆེན་ཏང་གི་བརྒྱུད་འཛིན་ཁྱོད་རྣམས་བསྐྱུགས། །

མཁུན་པའི་རྣམ་དཔྱད་ནམ་མཁའི་ཁམས་ལྟར་ཡངས། །
བྱམས་པའི་སེམས་ཀྱིས་ཞིང་འགྲོག་སྡེ་འབངས་བསྐྱུངས། །
རུས་པའི་རྩལ་གྱིས་རིག་པའི་གནས་ཀྱན་སྟེལ། །
ཁ་བའི་སྤྱངས་ཀྱི་རིག་གསུམ་མགོན་པོ་དངོས། །

ཡང་དག་ལམ་མཚོག་སྟོན་པའི་དབུ་བྲིད་དང་། །
མ་རུང་གནོད་འཚེ་སྒྲིག་བྱེད་ཉེན་རྟོགས་པ། །
ཚོངས་པའི་ལོག་ལམ་འགོག་མཁན་དགེ་བའི་བཤེས། །
ཤེས་རིག་འདབ་བརྒྱ་བཀྲ་བྱེད་དཔེ་སྐྱུན་ལས། །

འཛམ་གླིང་རིག་པའི་བརྩུད་ལེན་ཡིག་སྐུར་དང་། །

ཕ་རོལ་ཚྱངས་པར་བྱེད་པའི་དྲིལ་བསྐྱགས་དང་། །
དགོས་འདོད་མ་ལུས་འབྱུང་གནས་ཁི་ལས་པ། །
ཉེ་འཆོའི་གཡང་ལས་སྐྱབ་བྱེད་གུད་སྐྱབ་སྐྱགས། །

མདོར་ན་བོད་འབངས་རྣམས་ལ་ཕན་བྱེད་ལས། །
ཁ་བཤད་སྟོང་པའི་ཆོས་སྲུ་མ་སོང་བར། །
གང་ལ་གང་འདོད་སྤྱོད་པའི་དཔལ་སྟེར་བའི། །
སྤྱན་ལས་སྤྲ་ཆོགས་སྐྱབ་པའི་ལས་བྱེད་པ། །

ཡེ་ཤེས་ལྷ་རྣམས་ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས་སྲུ་ཐིམ། །
ཆོས་སྐྱོང་སྲུང་མ་སྤྱོད་ཀྱི་གསེབ་ནས་ཡལ། །
ཡུལ་ལྷ་གཞི་བདག་རང་མགོ་མི་ཐོན་དུས། །
བོད་འབངས་སྐྱོང་བའི་དཔལ་དུ་བྱེད་རྣམས་མཛེས། །

སྐུལ་པའི་སྐྱེ་རྣམས་མཁའ་འགྲོའི་བཞིན་ལ་གཡེང་། །
མཁན་ཆེན་རྣམས་ནི་དུད་འགྲོའི་མགོན་དུ་ཐེབས། །
ཉམས་ཐག་བོད་མིའི་ཚྱངས་གཉིད་སད་ཐབས་ལ། །
ཡང་དག་ལམ་སྐྱགས་སྟོན་པའི་སྤྱན་ལས་པ། །

གྲུ་བརྒྱད་ལོ་ལ་རིག་པའི་སྐྱེད་ཆལ་ཞུགས། །
གོ་གཉིས་ལོ་ལ་རང་འབྲིས་འོས་འགན་སྲུངས། །
དེང་གི་དུས་འདིར་རིག་སྟོབས་རང་ཆལ་རྒྱུགས། །
དེང་རབས་བོད་ཀྱི་མགོན་སྐྱབས་བྱེད་རྣམས་བསྐྱགས། །

ཞེས་པ་ཀྱང་དབྱང་མི་རིགས་སློབ་གྲྭ་ཆེན་མོའི་ལ་རིམ་༡༥པའི་ཐོད་ཀྱི་སྤང་མིག་ཆེད་སྤྱོད་
འཛིན་གྱི་སློབ་མ་རྣམས་ཤེས་རིག་གི་རང་ཚུལ་རྫོགས་པའི་ལ་རོ་སྤྲུམ་ཅུ་འཁོར་བའི་ལྷན་
འཛོམས་ཀྱི་དྲན་རྟེན་དུ། གྲུ་བརྒྱད་འཛིན་གྱི་དགེ་མིང་འཛིན་པ་རྒྱལ་ཁམས་པ་ཐུབ་བཅུན་
ཐུན་ཚོགས་དེས། སྤྱི་ལོ་༢༠༡༥ལོའི་ཟླ་བ་དགུ་པའི་ཚེས་༢༩ཉིན་ལྷ་ས་ནས་ཁྲིན་ཏུར་འཕྱར་
པའི་ལམ་ཁོར་དུ་གནས་གྱི་ནང་ནས་བྲིས་སོ། །



ཆོས་རྒྱུ་ནམ་མཁའི་ནོར་བུ་སྤྲུ་གཤེགས་པ་ལ་གདུང་དབྱངས།

2018.9.29

ཀ་དག་གདོད་མའི་མགོན་པོའི་རང་ཞལ་སྒྲོང་། །
 རྩུན་གྲུབ་བདེ་བ་ཆེན་པོའི་རང་ཚལ་ལས། །
 མ་འགག་སྤྲུགས་རྒྱུ་སྤྲུ་ལས་རོལ་པའི་གར། །
 ཆོས་རྒྱུ་ནམ་མཁའི་ནོར་བུ་སྤྲུ་གཤེགས་ནས་གསོན། །

སྤྲུ་པའི་རིང་ལུགས་སྤྲུགས་གྱི་གསོས་སྤྲུ་སྤྲུ་། །
 རྩུ་དབང་པདྨའི་ཉམས་རྩྭ་སྤྲུ་རང་ཚལ་རྩྭ་སྤྲུ་། །
 ཞི་བའི་རང་ཞལ་སྤྲུ་ལ་མི་ངལ་ཡང་། །
 དད་ལྷན་གདུང་བས་གཟིར་ནམས་སྤྲུ་གྱིས་གཟིགས། །

སྤྲུ་ཡི་དགྱིལ་འཁོར་སྤྲུ་དཔེའི་ཡུལ་དུ་བཞད། །
 གསུང་གི་སྤྲུ་ལས་གོ་ལའི་ཁྱོན་ཀྱན་བྱུང། །
 སྤྲུགས་གྱིས་བཙེ་བས་གངས་རྩྭ་རིག་གཞུང་བསྤྲུངས། །
 དམ་པ་བྱེད་ནི་གངས་རིའི་མགོན་པོ་དངོས། །

ཉམས་ཐག་བོད་གྱི་ལོ་རྒྱུས་ཉམས་པའི་ཆོ། །
 ལོག་པའི་རྩྭ་བཤད་རིགས་པའི་ཞུགས་གྱིས་བསྤྲུགས། །
 བདེན་པའི་དར་ཆེན་འཛམ་གླིང་མཁའ་ལ་བསྤྲུངས། །
 གདོང་དམར་བོད་གྱི་རང་ཞལ་གསལ་བར་བྱས། །

ཚོས་པའི་མིང་བྱིར་ཚོས་མིན་འབྲུག་ཚོད་སྤྱིང་། །
 རིས་མེད་སྤྱི་ཞིང་རིག་གཞུང་འཐེན་བྱིར་བྱེད། །
 བདེན་རྒྱན་དབྱེར་མེད་ལུན་པ་འབྲིགས་པའི་ཚོ། །
 ཚོགས་པ་ཆེན་པོར་བྱེད་དོར་བྱིང་གིས་མཛད། །

འཛམ་སྤྱིང་མི་དམངས་དེང་རབས་ལམ་དུ་བྲུགས། །
 གདོང་དམར་ཐོད་རྣམས་གདོད་མའི་མལ་དུ་གཟིམས། །
 རང་འབྲིས་འོས་འགན་ཡལ་བར་མ་དོར་པ། །
 མོངས་གཉིད་སྤྱིང་བའི་དུང་བར་བྱིང་གིས་སྤོགས། །

རིག་གནས་ལྷ་དང་དེང་རབས་ཆོན་རིག་གཞུང་། །
 འགལ་མེད་སྤྱི་བའི་ཚོས་ཀྱི་སྤང་ཆེན་རིགས། །
 ཞང་ཐོད་རིག་གནས་སྤེལ་བའི་སྤྱིང་ཆལ་རྣམས། །
 རྒྱ་སྤྱིས་བཞེན་དུ་གོ་ལའི་ཁྱོན་ཀུན་མཛེས། །

ཡུལ་གྱི་སྤང་ཞེན་གྲུབ་མཐའི་སྤོགས་རིས་སོགས། །
 ཡོངས་སུ་སྤངས་པའི་སྤོགས་སྤྱིང་དགྱེལ་ཡངས་པོས། །
 རྒྱལ་བའི་བསྟན་པ་རྒྱལ་ཁམས་ཡོངས་ལ་སྤེལ། །
 ཐོད་ཀྱི་རིག་གཞུང་གོ་ལའི་རྟོག་དུ་བཅུགས། །

པ་མེས་བརྒྱད་པའི་དམངས་སྤོལ་རིག་གནས་རྣམས། །
 པ་ཡུལ་སྤོགས་སུ་ཉམས་གུད་སྤོགས་པའི་ཚོ། །
 པ་རོལ་རྒྱ་མཚོའི་སྤྱིང་གི་མི་རྣམས་ལ། །
 སྤྱི་དང་གར་གྱི་རྣམ་པས་གཉེར་ཁ་གཏད། །

འབྱུང་བའི་མིག་ལ་ཉི་འདྲ་ཇི་བཞིན་དུ། །
 གློ་དམན་ལྷན་མཉམ་གྱིས་དམོད་དང་སྐྱར་འདེབས་ལ། །
 དབྱེས་པའི་བཞིན་ལ་འཇུག་པའི་མདངས་སྟུག་པས། །
 རྒྱལ་སྤྱི་སྤྱོད་པའི་ཁོ་ལག་བྱིད་ལ་ཇོགས། །

བསེལ་སྒྲུངས་བསྟན་འགྲོའི་བདེ་སྦྱིད་ལུབ་རིར་ཉ། །
 མགོན་བྱིད་དགོངས་པ་ཞིང་ཁམས་རྒྱ་མཚོ་གཟིགས། །
 གནས་དེའི་ཆོས་ཀྱི་དགའ་སྟོན་རོལ་བའི་མོད། །
 ལྷུང་དུ་གདུལ་བའི་དཔལ་དུ་འཆར་བར་མཛོད། །

འཇམ་སྒྲིང་ཤེས་བྱའི་ཡང་ཆེ་ཆོན་རིག་གཞུང་། །
 རང་རེའི་སྐད་ཡིག་རྣམ་པ་མ་འཆར་པའི། །
 གདུལ་བའི་ལྷག་མ་སྦྱོང་པའི་སྤྲོ་ལས་དཔལ། །
 ཐུགས་བསྐྱེད་དམ་བཅའ་བཅན་པོ་མ་དོར་ཤིག། །

མཐའ་འཁོབ་བོད་ཀྱི་བྱུན་པོའི་རིགས་ཅན་འགས། །
 བྱིད་ལ་སྦྱོང་པའི་ལོག་ལྷའི་རྣམ་སྤྲོན་གྱིས། །
 མནར་མེད་གནས་སུ་སྦྱང་པའི་སྟུག་བསྐྱེལ་ལ། །
 ཐུགས་རྗེའི་ཐུག་ཡངས་རྒྱུངས་ཤིག་ཆོས་ཀྱི་རྗེ། །

བོད་ཁམས་ཐུགས་རྗེས་བསྐྱུངས་པའི་མཁས་དབང་ཆེ། །
 བདག་གློའི་རིག་སྒོ་འབྱེད་པའི་བཀའ་དྲིན་ཅན། །
 ཆོས་དབྱིངས་ནི་བར་གཞིལ་ལ་སྟུགས་པའི་ཆོ། །
 རྗེས་དྲན་རྒྱལ་ཁམས་པ་དེས་འབྲལ་དུ་ཐུལ། །

ཞེས་པ་ཚོས་རྗེ་ནམ་མཁའི་ནོར་བུ་དགོངས་པ་ནི་དབྱིངས་སུ་གཟིམས་པ་ལ་མྱ་ངན་གྱི་
གདུང་དབྱངས་མེ་དོག་རྒྱན་པོ་དང་ལྷན་དུ་ཚོས་རྗེ་ཆེན་པོའི་མཛད་སྤྱོད་ཀྱི་ཆ་ཤས་ཙམ་དུ་
སྦྱོས་པ་འདི་ནི། དམ་པ་གང་གི་ཞལ་སྦྱོབ་དུ་གུར་པ་ཤུག་ཀྱི་བསྟན་པ་ལ་མི་ཐུད་པའི་དད་པ་
མོབ་པའི་པོད་ཀྱི་རིགས་ལམ་སྤྱོད་པའི་རྒྱལ་ཁམས་པ་ཐུབ་བསྟན་ཐུན་ཚོགས་དེས་སྤྱི་ལོ་
༡༠༡༥ལོའི་ཟླ་བ་དགུ་པའི་ཚེས་༥ཉིན། རྒྱ་ནག་ཁྲིན་དུའི་གོང་གི་ལྷོ་རུབ་མི་རིགས་སྦྱོབ་གྲ་
ཆེན་མོའི་རང་ཤག་དུ་འཕུལ་མར་བྱས་སོ། །



ཚན་རིག་ཤེས་བྱ་རང་གི་སྐད་ཡིག་ལ་བསྐྱར་ཞིང་བསྐྱབ་དགོས།

2018.12.4

མི་རིགས་སྤྱི་ཡོན་ཡང་ཚན་རིག་གི་རིག་གཞུང་ལ་སློབ་གཉེར་བྱ་དགོས་ན་
 རང་གི་ཕ་སྐད་གྱི་ཐོག་ནས་སྤྱིང་ན་ཤེས་སྤྱོད་བཞིག་རེད། ཚན་རིག་ཤེས་བྱ་
 གཉེར་བྱ་པ་ལྟ་བུ་ཞིག་ཤེས་དགོས་ན་སློབ་སྤྱིང་ལ་ཡུན་རིང་པོ་འགོར་བཞི་རེད།
 སྐད་ཡིག་གཞན་ཞིག་བསྐྱར་ནས་སྤྱིང་དགོས་ན་དེ་བས་རྒྱས་ཚད་རིང་པོ་
 དགོས། དེས་ན་དེར་རབས་ཚན་རིག་གི་རིག་གཞུང་དེ་དག་པོར་ཡིག་ཐོག་
 ཏུ་བསྐྱར་རྒྱ་དེ་ཉ་ཅང་གི་གལ་ཆེན་པོ་རེད། ད་ལྟ་བོར་ཡིག་ཐོག་ཏུ་ཚན་
 རིག་གི་རིག་གཞུང་གཅིག་ཀྱང་མེད། འདི་ཉ་ཅང་ཐབས་སྤྱོད་པོ་རེད། འཛམ་
 བུ་སྤྱིར་གི་མི་རིགས་སྤྱོད་སྤྱོད་ཅན་དེ་དག་གིས་ཤེས་བྱ་གསར་པ་གང་ཞིག་
 བྱུང་ན་དེ་ཐོག་མ་ཉིད་ཏུ་རང་གི་སྐད་ཡིག་ཐོག་ཏུ་བསྐྱར་ཞིང་བདག་པོ་
 བྱེད་ཅིང་ཡོད་རེད། ར་ཚོས་གནའ་སྡེ་མོ་བོད་བཙན་པོའི་སྐབས་ནས་རྒྱ་
 གར་གྱི་ནང་ཚོས་གྱི་རིག་གཞུང་མང་པོ་ཞིག་བོད་ཡིག་ཏུ་བསྐྱར་བའི་འགོ་
 བཙུགས། དེ་ནས་རྒྱས་རབས་རིམ་བྱུང་གི་མཁས་པ་རྣམས་ཀྱིས་ལས་ཀ་དེ་
 རྒྱལ་མ་ཆད་པར་རྒྱལ་འབྲོངས་བྱས་སྟབས། ད་ལྟ་བོར་གྱི་བཀའ་འབྱུང་དང་
 བསྟན་འབྱུང་ཟེར་བ་ལས། རྒྱ་གར་གྱི་བཀའ་འབྱུང་དང་བསྟན་འབྱུང་ཟེར་
 སྟེལ་མེད། རང་གི་སྐད་ཡིག་ཏུ་བསྐྱར་བ་དེ་རང་གི་རིག་གནས་ཆགས་ཚར་
 པ་རེད། དེར་རྒྱས་ཚན་རིག་གི་རིག་གཞུང་རྣམས་མི་རིགས་སོ་སོས་རང་རང་
 གི་སྐད་ཡིག་ཏུ་བསྐྱར་ཞིང་བེད་སྤྱོད་ཅིང་ཡོད་པ་དེ་སྟབས་བདེ་པོ་ཆགས་པ་
 རེད། ར་ཚོས་རིག་གཞུང་གསར་པ་རང་གི་སྐད་ཡིག་ཏུ་བསྐྱར་མི་ཐུབ་པ་མ་
 ཟུང་། རང་ལ་ཡོད་པའི་ཚོས་དང་རིག་གཞུང་གང་ཡོད་དེ་སྒྲིབ་མོ་ཐུན་བྱ་

ཞིག་གི་ཆེད་དུ་དབྱིན་རི་ལ་བསྐྱུར། རྒྱ་ཡིག་ལ་བསྐྱུར། ཚང་མ་པར་བསྐྱུར་
 བ་ལས་ཚུར་སྐྱུར་མཁན་གཅིག་ཀྱང་མ་མཐོང་། པོད་ཀྱི་རིག་གཞུང་ནམས་
 མི་རིགས་གཞན་གྱི་སྐད་ཡིག་ལ་བསྐྱུར་དགོས་ན་ཁོ་རང་ཆོད་ལས་ཀ་རེད།
 ང་ཚོས་པར་བསྐྱུར་བ་དེ་རང་གི་རིག་གཞུང་བཅོང་པ་དང་གཅིག་པ་རེད།
 མ་འོངས་པར་པོད་ཀྱི་སྐད་ཡིག་སྤྱིང་མཁན་མེད་པ་ཀྱུར། བན་ཐོགས་ཆེན་པོ་
 མེད་པར་འགྱུར་ངེས་རེད། དེར་དུས་སྤྱི་མ་ཚོས་སྐད་ཆ་སྟོན་པོ་ཞིག་བཤད་
 དེ་པོད་ཀྱི་སྐད་ཡིག་དེ་ཉ་ཅང་གལ་ཆེན་པོ་རེད། དར་སྤེལ་གཏོང་དགོས་
 ཟེར། དེ་ལྟར་ན་འཛམ་སྤྱིང་གི་ཤེས་རིག་ནམས་པོད་སྐད་དུ་མི་བསྐྱུར་པའི་
 རྒྱ་མཚན་གང་། དཔེར་ན། ཀྱང་སྤྱི་དམངས་སྤྱི་མཐུན་རྒྱལ་ཁབ་དབུ་
 བརྟེས་ནས་ཡུན་རིན་མ་ལོན་པའི་སྐབས་དེར། དཔལ་འབྱོར་དང་། མཐུན་
 རྒྱུན་གང་ཅིའི་ཐད་ནས་རྒྱལ་ཁབ་ལ་དཀའ་ངལ་ཆེན་པོ་ཡོད་ཀྱང་སྤྱི་ཐག་
 ཐད་བཅད་ཀྱིས་རྒྱལ་ཁབ་མཚོན་ཆ་བཟོ་རྒྱུའི་ཐག་བཅད་ནས། སྤྱི་ལོ་༡༩༥༥
 ལོར་འགོ་བཙུགས། སྤྱི་ལོ་༡༩༥༩ལོར་ཡོངས་སུ་གྲུབ་པ་རེད། དེའི་རྗེས་སུ་
 འཁོར་སྐར་དང་། སྤྱང་སྐར་ཟེར་བ་དེ་དག་ལུ་མཐུད་ནས་བཟོ་བྱུང་པ་རེད།
 དེ་དག་ཚང་མ་རང་གི་སྐད་ཡིག་ལ་བརྟེན་ནས་སྤྱིང་པ་མཐའ་ཕྱིན་པ་ཤ་
 ལྷག་རེད། སྐབས་དེར་སྐད་གསལ་ཆེ་ཤོས་ཀྱི་ཆོན་རིག་ཉེར་གཉིས་ཅམ་བྱང་
 ཡོད་པ་ཐམས་ཅད་སྤྱི་ལོ་ 1940་དང་1930ལོའི་ནང་དུ་རྒྱ་ནག་ནང་གི་སློབ་
 གཞུ་ཆེན་མོ་ཁག་དུ་རང་སྐད་སློབ་སྦྱོང་བྱས་ཏེ་དངོས་རིག་པ་དང་། རྩལ་
 འགྱུར་རིག་པ་སོགས་ཀྱི་མང་གཞི་ལ་མཁས་པ་ཀྱུར། དེ་ལས་འགའ་ཞིག་སྤྱི་
 རྒྱལ་ལ་སོང་ནས་རབ་འབྱམས་པ་དང་། འབྲུམ་རམས་པ་མཐར་ཕྱིན་ཞིང་
 ཕྱིར་རང་ཡུལ་དུ་ལོག་ནས་ཆོན་རིག་གི་ལས་ཀ་བྱེད་མཁན་གྱི་གཙོ་བོར་
 ཆགས་པ་རེད། 钱三强、邓稼先、朱光亚、དེ་དག་ཚང་མ་རྒྱ་ནག་གི་སློབ་
 གཞུ་ཆེན་མོའི་ནང་དུ་དངོས་ཁམས་རིག་པ་སྦྱོང་མཁན་རེད་འདུག །ཁོ་ཚོས་
 རང་གི་སྐད་ཡིག་ཐོག་དུ་ཆོན་རིག་སློབ་སྦྱོང་བྱས་ནས་མཁས་པ་ཆགས་པ་
 རེད་མ་གཏོགས་ཚུང་དུས་ནས་དབྱིན་རི་སྤྱིངས། རི་པན་སྐད་ཡིག་སྤྱིངས།

སྤང་རན་མིའི་སྤང་ཡིག་སྤངས་ནས་མཁས་པ་ཆགས་པ་ཞིག་མ་རེད། ང་རང་
 ཚོས་དེ་ལྟར་ཚན་རིག་ཡག་པོ་ཞིག་ཤེས་དགོས་ན། ཚན་རིག་གི་རིག་གཞུང་
 དེ་དག་པོ་ད་ཀྱི་སྤང་ཡིག་ཐོག་ཏུ་བསྒྱུར་བྱུང་དགོས་པ་ཞིག་རེད། དེར་དུས་
 ལྷ་མ་ནམས་ཀྱིས་སྤང་ཆ་སྟོན་པོ་ཞིག་བཤད་ནས་རང་གི་ཚོས་དང་རིག་
 གཞུང་ཐམས་ཅད་དབྱིན་སྤང་དུ་བསྒྱུར། རྒྱ་ཡིག་དུ་བསྒྱུར། རང་གི་མི་
 རིགས་ལ་གཞོད་པའི་ལས་ཀ་དེ་ལས་ཐུག་མེད་པ་ཞིག་རེད། ཁོ་ཚོས་སྤང་ཆ་
 སྟོན་ཤོས་ཤིག་བཤད་ཅིང་ལས་ཀ་ཐུག་ཤོས་དེ་ལག་བསྟར་བྱེད་ཅིང་ཡོད་པ་
 རེད། དེ་ལ་པོ་ད་ཀྱི་ལྷ་བཙུང་། དུས་དྲུང་ཟེར་ཚག་པ་ཞིག་རེད། པོ་ད་ཀྱི་
 ཁེང་འགྲོག་ས་ཁུལ་དུ་སྒྲིམ་པའི་མི་ཞིག་སྟོབ་སྟོབ་མཁས་པ་ཅེ་བལ་ཞིག་བྱ་
 དགོས་ན་དེས་པར་དུ་རང་གི་སྤང་ཡིག་བསྒྱུར་ནས་ཡོང་དགོས་པ་ཞིག་རེད།
 དེའི་ཐོག་ཏུ་མིག་སྤང་རྒྱ་ཡིག་དང་རྒྱ་སྤང་ཡག་པོ་ཞིག་མ་ཤེས་ན་གཞུང་གི་
 སྟོན་ནང་ནས་ཡར་འཇུག་མི་བྱུང་པ་ཞིག་རེད། གཞུང་གི་ལས་ཀ་ཞིག་རག་
 དགོས་ན་རྒྱ་ཡིག་རྒྱ་སྤང་མ་ཤེས་ན་རག་ཐབས་མེད་པ་རེད། སྟོབ་ལྷ་ཆེན་
 མོ་དང་ཞིབ་འཇུག་ལས་ཁུངས་སོགས་ལ་མཁས་དབང་ཆེན་མོའི་མཚན་
 གནས་ཤིག་ཐོབ་དགོས་ན་རྒྱ་ཡིག་རྒྱ་སྤང་བསྒྱུར་ནས་འགྲོ་དགོས་པ་ཞིག་
 ཆགས་ཡོད་རེད། དེ་ནས་འཇམ་སྤྱིང་ཐོག་ཏུ་སྤང་གྲགས་ཡོད་པའི་མཁས་
 པ་ཞིག་བྱ་དགོས་ན་དབྱིན་རི་གཙོ་བོར་བྱས་པའི་ཕྱི་རྒྱལ་གྱི་སྤང་ཡིག་མ་ཤེས་
 ཐབས་མེད་རེད། དེས་ང་པོ་ད་རིགས་ཤིག་ཡིན་ཕྱིར་སྤང་ཡིག་གཉིས་མ་ཤེས་
 ཐབས་མེད་རེད། སྤང་གསུམ་ཤེས་ན་རྒྱལ་སྤྱིའི་ཐོག་ཏུ་ལས་ཀ་བྱེད་བྱུང་པ་
 ཞིག་ཡོང་གི་རེད། འོན་ཀྱང་སྤང་གཅིག་སྤྱ་ཤེས་པ་ཅམ་གྱི་ཕན་ཐོགས་རྒྱ་མ་
 རེད། དཔེར་ན། དབྱིན་སྤང་གཅིག་སྤྱ་མཁས་པར་གྱུར་ཡང་ཕྱི་རྒྱལ་གྱི་གད་
 རྟིགས་འབྱུག་མཁན་དེ་ཚོས་དབྱིན་སྤང་ཐོགས་པ་མེད་པ་ཤེས་ཀྱང་ལྷན་པའི་
 བར་དུ་ཆེད་སྟོབ་གི་ཤེས་བྱ་མེད་པས་གད་རྟིགས་འབྱུག་མཁན་གྱུར་པ་རེད།
 ང་ཚོས་ཁ་ནས་སྤང་ཡིག་ཁ་ཤས་ཤིག་ཤེས། ལྷན་པའི་བར་དུ་ཆེད་སྟོབ་གི་
 རིག་གཞུང་ཡག་པོ་ཞིག་ཤེས་ན་མཁས་དབང་དང་། ལས་ཀ་མང་པོ་བྱེད་

ཐུབ་པའི་མཚན་སྟུན་དང་ལས་གནས་སྐོབ་བགྱི་རེད། རྒྱ་མཚན་དེ་ལ་བརྟེན་
 བྱས་སྟེ་དགེའི་སྒོས་རའི་ནང་གི་མི་ལ་བརྒྱ་པོ་རང་རང་གི་སྤྱ་གྲ་ནམས་སྟོབ་
 རྒྱུ་ནས་བཟུང་སྟོབ་སྟོབ་གི་མཐུན་ཆེན་ཡག་པོ་ཞིག་བསྐྱུན་ཐུབ་པར་གྱིས་
 དང་མི་རིགས་ཀྱི་ལ་རྒྱ་བེར་ན་འདྲ། ཚོས་དགེ་བ་བེར་ན་དེ་ལས་ལྷག་མེད་
 པ་ཞིག་རེད་དུན་བགྱིད་འདུག ། ཁྲ་མ་འདྲ་པོ་དེ་ཚོས་སྐད་འཁྱིན་ནང་ཚོད་
 པ་བྱེད་ནས་ཐོད་རིགས་ཚང་མ་ཡོན་ཏན་པ་ཆགས་སོང་ན་ཞིང་འཕྲོག་ལས་
 ཀྱི་བྱེད་མཁན་མེད་པར་ཆགས། དེ་ནས་ཐོད་རིགས་མེད་པར་འགྱུར་རྒྱུ་རེད་
 བེར་ཞིང་འདུག ། དངོས་གནས་བྱས་ན་ཁོ་རང་ཚོ་གསོ་མཁན་མེད་པ་ཆགས་
 བགྱི་རེད་བསམ་པ་རེད། མི་ཡོན་ཏན་ཅན་མགོ་བསྐྱོར་གཏོང་ཐུབ་བགྱི་མ་
 རེད། སྟོབ་སྟོབ་བྱེད་མཁན་ཚང་མ་གཞུང་ཞབས་པ་དང་། འགོ་བྱེད་ཆགས་
 ཀྱི་མ་རེད། དེ་འདྲ་ཡོང་དུན་བགྱི་འང་མ་རེད། མི་ཚང་མ་ཡོན་ཏན་ཅན་
 ཆགས་སོང་ན་ཚང་མ་གཞུང་གི་ལས་བྱེད་འགྲོ་ས་ཡོད་མ་རེད་ལ་འགྲོ་མཁན་
 ཡང་ཡོད་མ་རེད། ཨ་མེ་རི་ཀ་ལ་སྟོས། ཡོ་རོབ་ལ་སྟོས། མི་ཡོན་ཏན་ཅན་
 ཡིན་ན་ཞིང་ལས་དེང་རབས་ཅན་དང་། འཕྲོག་ལས་དེང་རབས་ཅན་དུ་
 བསྐྱུར་ཞིང་རྒྱལ་ཁབ་དང་། མི་དམངས་གཉིས་ཀ་སྤྱུག་པོ་ཆགས་ཡོང་གི་
 ཡོད་རེད། དཔེར་ན། འཕྲོག་པ་དེང་རབས་ཅན་བཟོ་བསམ་ན་དབྱིན་རི་
 རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་སྤྱ་གོ་ཏི་ལན་ཏི་ལ་སོང་ནས་སྟོས་དང་། ཤ་དང་། མར། འཕྱུར་
 བ་སོགས་དེང་རབས་ཅན་གྱི་བས་རིགས་ཚད་ལྡན། སྤྱུས་ལྡགས་གང་འདྲ་
 འདུག་ཤིས་ཡོང་གི་རེད། ཁོང་བྱིར་ནང་གི་མི་ནམས་འཚོ་བ་ཞིང་པ་དང་།
 འཕྲོག་པ་ལ་བརྟེན་ནས་བསྐྱེད་ཡོད་རེད། ཀྱང་གོའི་ལུང་པ་ལ་ཞིང་པ་
 ནམས་གནས་སྟངས་སྟོ་པོ་ཞིག་ཆགས་ཡོད་སྟབས། ཞིང་པ་བེར་དུས་མཐོང་
 རྒྱུ་བྱེད་ས་ཞིག་ཆགས་པ་རེད་མ་གཏོགས། ཨ་རི་དང་། ཡོ་རོབ་སོགས་སྤྱ་
 ཞིང་པ་དང་འཕྲོག་པ་བེར་ན་ཁོ་ལས་ཀྱི་ཚོང་དཔོན་ཤ་སྟག་རེད། གཞུང་གི་
 ལས་བྱེད་པ་བེར་བ་དེ་ལོ་ཁ་ཤས་ཀྱི་ལས་ཀ་རེད། ཚོགས་པ་རེ་བརྗེ་དུས་
 ལས་བྱེད་པ་ཕལ་ཆེ་བ་བརྗེ་པོ་བྱེད་སྟོལ་ཡོད་རེད། ཞིང་འཕྲོག་གི་ཁོ་ལས་

པ་དེ་དག་མི་ཆོ་གཅིག་ལ་རང་རང་གི་དཔལ་འབྱོར་ཡར་རྒྱས་གཏོང་ཞིང་
ཡོད་པ་རེད། ད་ལྟ་བོད་ཀྱི་སློལ་ག་རྣམས་ཞིད་སྤང་ཆེ་ཤོས་དེ་གང་རེད་ཅེ་
ན། བོད་ཀྱི་ཕྱི་རབ་གཞིན་ཅུ་རྣམས་སློབ་སྦྱོང་ཡོད་པ། མོངས་གཉིད་ལས་
སད་པ་དེ་རེད། མི་དམངས་རྣམས་ཡོན་ཏན་ཅན་རུ་གྱུར་ན་ཁོ་ཆོས་ལས་སླ་
པོར་མགོ་བསྐྱོར་ཐུབ་མ་རེད། ཁོ་ཆོས་དབང་བསྐྱར་བྱེད་སླ་བའི་ཆེད་རུ།
ཡང་ན་ཁོ་རང་ཆོས་བྲིམས་མཐུན་མ་ཡིན་པའི་སློབ་གྲྭ་ཞིག་བཙུགས་ཏེ་དེའི་
ནང་རུ་སློབ་སྦྱོང་བྱེད་མཁན་ཡིང་ཐབས་བྱེད་ཅིང་ཡོད་པ་རེད།

ཞེས་པ་ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༥ ལོའི་ ཟླ་བ་ ༡༤ པའི་ཆོས་ཤིན་ལྷོ་དགའི་གྲོས་འདུ་ནང་གི་སྒྲིང་མོལ་
གྱི་སྒྲ་རྣམ་ཡིག་ཐོག་རུ་པལ་པའོ། །



མ་མོངས་ལ་ན་བདེ་ཕྱིད་ལྷན་པའི་བྲིམ་ཆང་ཞིག་ཏུ་འགྱུར་བའི་སློབ་རྒྱལ་

2019 ལའི་རྩོམ་ཡིག་ཐོར་བྲ།

ཡ་ལོང་སྐྱ་མཚོ་ད་འགྲེམ་སྤེལ་སྤྱིར་བཏིག་བསམ་འཆར།

2019.1.13

༄༅། དཀོང་མོ་བདེ་ལེགས། བཀྲ་ཤིས་བདེ་ལེགས། དེ་རིང་འདི་ནས་ང་ཚོ་
 ཐོད་ཀྱི་ཚན་རིག་གི་མང་གཞི་ཡར་རྒྱས་འགོ་བཙུག་པ་ལ་བཀྲ་ཤིས་བདེ་ལེགས་
 ཞུས་པ་ཡིན། སྤྱིར་ཐག་པ་ནས་དགའ་བོ་བྱུང་སོང་། ངས་རྟག་པར་རྩོད་པ་
 བྱས་ནས། མ་འོངས་པ་ལ་བོད་ཡར་རྒྱས་གཏོང་མཁན་སློབ་གྲྭ་ཆེན་མོ་འདོན་
 པའི་ལོ་གཞོན་དེ་ཚོ་རེད་ཟེར་ནས་རྩོད་པ་རྒྱག་བཞིན་ཡོད། དེ་རིང་དེའི་
 དཔང་རྟགས་འདྲ་བོ་བསྟན་བྱུང་བས་དཔེ་དགའ་བོ་བྱུང་སོང་། མི་རིགས་
 གང་འདྲ་ཞིག་ཡིན་ཡང་ཡར་རྒྱས་འགོ་བཙུག་པ་ལ་ཚན་རིག་ཡར་རྒྱས་མ་སོང་ན་
 མི་རིགས་ཡར་རྒྱས་འགོ་སྤྱིད་པ་མ་རེད། ཚན་རིག་ཡར་རྒྱས་གཏོང་མཁན་དེ།
 སློབ་གྲྭ་ཆེན་མོ་འདོན་པའི་སློབ་གྲྭ་ཆེན་མོ་བ་དང་། རམས་འབྱམས་
 པ། འབྱམས་རམས་པ་དེ་ཚོ་རེད། ང་ཚོ་ད་ལྟ་མི་རིགས་གཞན་དག་དང་མ་
 འདྲ་བར་ཉོག་དྲ་ཞིག་གི་མཚམས་ལ་སྤྱིབས་ཡོད་པ་རེད། ག་རེ་ཟེར་ན། ང་
 ཚོ་སྡོན་མ་དོ་དམ་བྱེད་མཁན་དེ་སྤྱི་མ་དགོན་པ་དང་ཚོས་སྤྱིད་བྱུང་འབྲེལ་
 རེད། ད་ངས་བསམ་ན་སྤྱི་མ་དགོན་པ་དང་ཚོས་སྤྱིད་བྱུང་འབྲེལ་གྱི་ལས་ཀ་
 མཚུག་རྫོགས་ཚར་བ་རེད། མ་འོངས་པ་ལ་བོད་ཡར་རྒྱས་གཏོང་མཁན་དེ་
 སུས་གཏོང་དགོས་རེད་ཟེར་ན་ལ། སློབ་གྲྭ་ཆེན་མོ་ནས་ཐོན་པའི་སློབ་མ་དེ་
 ཚོས་གཏོང་དགོས་པ་རེད། སྤྱི་མས་ཐོད་དོན་ལས་ཀ་དེ་འགོ་མགོན་ཚོས་
 རྒྱལ་འཕགས་པའི་སྤྱིབས་ནས་ད་ལྟའི་བར་ལོ་དྲུག་བརྒྱ་ཅུ་ཀྱི་རིང་ལ་ལས་
 ཡོད་རེད། འབྲུབ་ཡོད་ཀྱང་མེད་ཀྱང་དེ་རེད། ད་མཚུག་རྫོགས་ཚར་བ་རེད།
 ད་ལྟ་སྤྱི་མ་དགོན་པའི་ལས་འགན་དེ་མི་ཤིན་ཏུ་ཆོག་ཐོན། བདེ་པ་ལ་རིམ་

གྲོ་ཐོན། དེ་ཡག་པོ་འདུག །ཆན་ཆོན་དེ་ཆོ་ལ་དབང་འདྲ་པོ་གནང་། ཆོས་འདྲ་
 པོ་བཤད་ན་འགྲིག་གི་རེད། ང་ཚོ་མི་རིགས་ཡར་རྒྱས་གཏོང་རྒྱུ་དེ་ལོ་གཞིན་
 དག་གིས་ལས་འགན་རེད། ཐབས་ཤེས་དེ་ཆོན་རིག་རེད། ཁྱོད་རང་ཆོས་ཆོས་ཀྱི་
 རྒྱུ་ལ་རྒྱས་གཏོགས་མ་བྱེད། ད་ལྟ་ང་ཚོ་འོ་སྤྱོད་ཀྱི་ཆོན་མོ་འོ་ནང་དགོ་ཆན་
 ཆོན་མོ་ཡིན་ཟེར་མཁན་དེ་དག་ཆེད་སྤྱོད་གང་གི་ཆེད་མཁས་རེད་ཟེར་
 བ། སལ་ཆེ་བ་དེ་ཆོས་ལུགས་ཆེད་མཁས་པ་རེད་ཟེར། ང་ཚོ་སྤྱོད་ཀྱི་ཆོན་མོ་
 འོ་ནང་གི་ཆོས་ལུགས་ཆེད་མཁས་པ་ཡིན་ཟེར་བ་དེ་དག་གིས་དགོན་པའི་མཁན་
 པོ་དང་དགོ་བཤེས་ཆོ་དང་བསྐྱར་ཐབས་ཡོད་མ་རེད། མཁན་པོ་དང་དགོ་
 བཤེས་ཆོ་མཁས་རེས་རེད། ང་ཚོ་སྤྱོད་པོ་འོ་མཁས་པ་རྣམས་ལ་དགོས་རྒྱུ་དེ་
 དངོས་གནས་བཤད་ན་སྤྲད་རིག །ལོ་རྒྱས། ཚུམ་རིག །དཔལ་འབྱོར་དེ་ཆོ་
 རེད། ཆོས་ལུགས་ཀྱི་ཆེད་མཁས་ཟེར་ན་དགོན་པར་དོ་ལེ་མ་རེད། ང་ཚོས་མི་
 དགོས་རྒྱུ་དག་དག་གི་ལས་ཀ་བྱེད་ཀྱིན་འདུག །མདོར་བསྡུས་ན། བོད་ཡར་
 རྒྱས་གཏོང་བ་ལ་ཆོན་རིག་དགོས། རང་གི་སྤྲད་ཡིག་གི་སྤྱོད་ནས་ཆོན་རིག་
 ཡར་རྒྱས་གཏོང་བ་དེ་ང་ཚོའི་རེ་བ་ཉག་གཅིག་རེད། ཨ་མེ་རི་ཀའི་ཆོན་རིག་
 དབྱིན་ཇི་སྤྲད་ལ་བརྟེན་ནས་ཡར་རྒྱས་བཏང་བ་རེད། བྱང་གོ་འོ་ཆོན་རིག་ནི་
 དཔེར་ན་རྒྱལ་ཕྱན་མཆོན་ཆ་དེ་ཆོ་ཆང་མ་ཡང་རྒྱ་སྤྲད་ཐོག་ནས་ཡར་རྒྱས་
 བཏང་བ་རེད། བོད་ཀྱི་ཆོན་རིག་པ་ཡར་རྒྱས་གཏོང་དགོས་ན་བོད་སྤྲད་དང་
 བོད་ཡིག་ལ་བརྟེན་ན་མཁོགས་པོར་ཡར་རྒྱས་གཏོང་ཐུབ་བགྱི་རེད། ད་ལྟ་
 ལས་ཀ་དེ་འགོ་བཙུགས་ཡོང་གི་འདུག །དགའ་བོ་བྱུང་། ཐུགས་རྗེ་ཆེ། ཉག་པར་
 ངས་སྤྲད་འཕྲིན་ནང་ལ་ཚོད་པ་བྱེད་བཞིན་ཡོད། སལ་ཆེར་སླེ་མ་འདྲ་པོ་ཁ་
 ཤས་ཡིན་པ་འདྲ། སྤྱོད་ཀྱི་ཆོན་མོ་འོ་ནང་ལ་སོང་ན་བྱ་ཐུག་དེ་ཆོ་འཕྲོ་བཞུག་
 འགྲོ་རེད། ཡོན་ཏན་མེད་པ་ཆགས་འགྲོ་རེད་སོགས་མང་པོ་ལབ་ཡོང་གི་
 འདུག །ཡང་ངས་ཉག་པར་པར་ལ་ཚོད་པ་རྒྱག་གི་ཡོད། ཐུ་གྱ་ཆོ་སྤྱོད་ཀྱུར་མ་
 སོང་ན་ང་ཚོ་བོད་ཡར་རྒྱས་འགྲོ་ཐབས་དངོས་གནས་ཡོད་མ་རེད། རྩོན་མ་
 ཡིན་ན་ང་ཚོར་དགོན་པ་མ་གཏོགས་སྤྱོད་སྤྱོད་བྱེད་ས་ཡོད་པ་མ་རེད། ད་ང་

ཚོར་འཛམ་བུ་སྤྱིར་དང་མཉམ་པོར་སློབ་སྦྱང་བྱེད་ས་ཡོད་ཚར་བ་རེད། མ་
འོངས་པ་ཡི་རེ་བ་ཅི་རེད་ཟེར་ན། མའོ་ཀྲུ་ཞིས་གསུངས་པ་དེ་ཉག་ཉག་རེད།

毛泽东主席说：“世界是你们的，也是我们的，但是归根结底是你
们的。你们青年人朝气蓬勃，正在兴旺时期，好像早晨八、九点钟
的太阳。希望寄托在你们身上。世界是属于你们的。中国的前途是
属于你们的。ཞེས་ལབ་པ་རེད། དེ་ཉག་ཉག་རེད། རྒྱ་རབས་འདྲིའི་རེ་བ་
བཅོལ་ས་དེ་སློབ་གྲྭ་བ་དེ་དག་རེད། སློབ་མ་རྣམས་ཀྱང་སློབ་གྲྭ་ནས་ཐོན་
རྗེས་གཞུང་ཞབས་པ་ཁོ་ན་བཅ་བསྐྱེགས་ནས་མ་སྐྱབས། ཡོན་ཏན་ཡོད་ན་ཁི་
ལས་འཇུགས་སྐབ་ན་ཡག་པོ་རེད། ཨ་རིའི་ཕུག་པོ་སྐད་གསུང་ཅན་པེ་ལ་གེ་
ཚོ་ཟེར་བ་དེ་གཞུང་ཞབས་པ་མ་རེད། ང་ཚོའི་སྤྱི་འབྱོར་རིག་གསུམ་ཡར་
རྒྱས་གཏོང་དགོས་ན། གཞོན་ནུ་དེ་ཚོས་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་ལས་ཀ་སྐྱབས། བླ་མ་
རྣམས་ཀྱིས་སྤྱོད་གསེབ་ཀྱི་རུད་ཚང་ནང་རུ་མི་ལ་ན་ཆ་བྱང་ན་རིམ་གྱོད་ང་
ཚོ་ག་གང་དགོས་ཐོན། ཕན་ཚུན་ལ་ཉེན་ངུ་མ་བྱེད། བླ་མ་ཚོས་ཐོད་མི་
དམངས་ལ་ལོག་པའི་སློབ་གསོ་མི་བྱེད་པའི་རེ་འབོད་ཡིན། །མདོར་བསྟུས་
ན། མིག་སྒར་ང་ཚོའི་སྤྱི་འབྱོར་རིག་གསུམ་དེ་ཡར་རྒྱས་གཏོང་དགོས་ན་ཁི་
ལས་ཚད་ལྡན་བཅུགས་རྒྱ་དེ་ཉ་ཅང་གལ་ཆེན་པོར་མཐོང་། །

གསོལ་བ་འདེབས་སོ་ཁ་པར་རིན་པོ་ཆེ།

སྐྱབས་གནས་མཐར་ཐུག་ཁ་པར་རིན་པོ་ཆེ། །
 སྒྲིང་བྱིར་ནང་དུ་ལམ་སྟོན་རིན་པོ་ཆེ། །
 དཔེ་མཛོད་ཁང་དུ་དགོ་ཀན་རིན་པོ་ཆེ། །
 སྒྲན་ཁང་ནང་དུ་ནད་གཡོག་རིན་པོ་ཆེ། །
 གསོལ་མགོན་ཁང་དུ་ཞལ་ཏེ་རིན་པོ་ཆེ། །
 འཇོམ་སྒྲིང་གསར་འགྱུར་མོལ་ཐིག་རིན་པོ་ཆེ། །
 དུས་དང་གནམ་གཤིས་ལྷུང་བསྟན་རིན་པོ་ཆེ། །
 དཀའ་ངལ་ཐུག་དུས་རེ་ས་བྱིད་ལས་མེད། །
 སངས་རྒྱས་འབོད་ཀྱང་སྤྱི་མ་ཁོ་ནར་འབྱོན། །
 སྤྱ་སྤྱལ་འབོད་ཀྱང་ཆོང་དཔོན་ཁོ་ནའི་མགོན། །
 གསོལ་བ་འདེབས་སོ་ཁ་པར་རིན་པོ་ཆེ། །
 རྒྱལ་ཁམས་པ་ལ་རེ་ས་བྱིད་ལས་མེད། །

ཅེས་པ་ཉེ་རིང་དང་དབུལ་ཐུག་གི་སྤྱགས་རིས་བྲལ་བ་མིའི་རིགས་ཀྱི་མཐར་ཐུག་གི་སྐྱབས་
 གནས་ཁ་པར་རིན་པོ་ཆེ་ལ་དད་དམ་འགྱུར་བ་མེད་པའི་རྒྱལ་ཁམས་པ་དེས། ཟ࿳་ལོ་2019ལོའི་
 ཟ࿳་བ་དང་པོའི་ཆེས་29ཉིན། ཨོ་སི་ཏོ་ལི་ཡའི་རྒྱལ་ཁབ་མཛོད་ཁང་དུ་ཤར་མར་གྲིས་པ་ཀུན་ལ་
 བྱིན་སྐབས་ལྷུང་དུ་འཇུག་པའི་རྒྱུར་ལྱུར་ཅིག །



སྒར་ཉིད་རྩི་རྩིས་ལན།

2019.1.31

ཕ་མེས་ཚོས་ལ་དད་དགོས་ན། །
གཡུང་རྒྱུད་ཐོན་ལ་དད་པ་གྱིས། །
བཟོ་གསོ་ཅིས་རིག་གཏོ་མདོས་དང་། །
ཡི་གེ་བརྩམས་སྤྱོད་སྒྲུབ་དག་སོགས། །
མེས་པོའི་སློ་ཡི་སྒྲིང་བཅུད་ནམས། །
གཡུང་རྒྱུད་ཐོན་དང་ལྷན་ཅིག་དར། །
བོད་ཁམས་སྤུང་བྱེད་བན་དེའི་ཚོས། །
རྒྱ་གར་ཡུལ་ནས་བོད་རྒྱ་དར། །
གསར་བྱུང་སླ་མ་སྤྲུག་དོག་ཆེ། །
ལྷ་ཡུང་དཔལ་རྣོས་བོད་རྒྱལ་བསད། །
བོད་ཁམས་མགོ་མེད་སེལ་བྱར་འཁོར། །
བཅན་པོ་བོད་ཀྱི་རྒྱལ་ཁབ་དེ། །
ཨེ་ཞིའི་ཡ་ནས་འཇའ་ལྷར་ཡལ། །
ཚྭ་གས་བཞི་དབང་རྒྱ་བརྒྱས་པ་དེ། །
མདང་གི་ཆི་ལམ་བཞིན་རྒྱ་ཁྱུར། །
མཐའ་བཞི་བེལ་གྱིས་གཞོན་པ་དེ། །
ཡིག་ཚང་ནང་གི་འཇའ་ཚོན་ཅམ། །
དེ་རྩིས་སླ་མས་བོད་ཁམས་བརྒྱུད། །
སྤྱི་འཇམ་ནང་རྒྱབ་སྤོང་པ་འདྲ། །
ཆབ་སྤྱིད་ལྷམ་ཚོག་གོ་སོ་འདྲ། །

ཕྱི་ལ་བརྟུལ་ཡང་ནང་ལ་ནོ། །
 ཆོས་བཤད་ཐང་ཀའི་རི་མོ་འདྲ། །
 མི་སྡོན་མཛོས་ཀྱང་ཉམས་ལེན་མེད། །
 རྒྱ་བཅས་སྤྱིང་པོ་མེད་རབ་བཤད། །
 མིག་གིས་མཐོང་ཚད་ཏུ་བོ་ཐོབ་བྱེད། །
 ལག་ཏུ་གང་ཐོབ་མཛོད་ཏུ་བསགས། །
 མི་སེར་མགོ་བོ་གཏུགས་ལྟར་བསྐྱོར། །
 ཕྱི་མའི་ཆོས་རྒྱགས་གལ་ཆེ་བེད། །
 ཆོས་རྒྱགས་སྤྲ་མའི་འབྲུལ་བ་རེད། །
 ཆོ་འདྲིའི་འདུག་རྒྱས་ཕྱི་བཤོལ་བྱེད། །
 བོད་ཁམས་དབྲུལ་པོའི་ལམ་ཏུ་བྱིད། །
 རང་འདོད་ཏུག་རྒྱ་བཞིན་ཏུ་ཁོལ། །
 ཏུག་ལཱ་མེ་དབྱང་བཞིན་ཏུ་འབར། །
 དམ་ཆོས་དཔའ་བོའི་འབོད་སྒྲུལ་རེད། །
 བརྟན་སྤྱང་བེར་ནས་དམག་ལ་བཏང། །
 ལྷན་པོས་རང་སྟོག་ཆོས་དོན་སྦྱེལ། །
 ལྷ་དཔོན་ལྷན་པོའི་སྡེ་ལ་དགའ། །
 ཡོན་ཏན་མེད་ན་དབང་སྦྱར་སྤྲ། །
 ཅི་མཛོད་ལེགས་པ་མཐོང་བ་དང། །
 ཅི་གསུང་ཚད་མ་འཛིན་དགོས་བེད། །
 མོངས་དད་བྱང་ན་དད་ལྷན་བེད། །
 མདོར་ན་བོད་ཀྱི་ལྷ་དཔོན་ཆོས། །
 འཛམ་གླིང་ཉིན་ལྟར་ཡར་རྒྱས་ཏུས། །
 བོད་ནམས་ལྷན་པོའི་གླིང་ཏུ་བྱིད། །
 རྒྱ་སོག་གཉིས་ལ་ངོ་དགའ་བྱས། །

དར་གོས་ཐོབ་ན་པ་མགོ་བཙོང་། །
 པ་རྒྱས་མཚན་བྱང་ཞིག་དང་བརྟེན། །
 ནང་དམི་ཁྲག་གི་འཁོར་ལོ་བསྐྱོར། །
 དེ་དམ་ཚོས་དར་བའི་འབྲས་བུ་དང་། །
 བྱི་མའི་རྒྱབས་གནས་ཁུ་ས་རེད། །
 རྒྱབས་གནས་ནོར་བ་ཡོད་མེད་ཅེས། །
 བསམ་སྒོ་ཞིབ་དུ་སྒྲོངས་དང་ཤེས། །
 འདི་ལ་རྒྱན་གྱི་ཆོག་འབྲུག་ཅིག །
 རྟེན་ན་གསེར་སྒྲང་ལྡ་བརྒྱ་ཉིད། །
 བདེན་པའི་གཏམ་ལ་ཐུགས་ཁྲིམ་ན། །
 ཁྲིད་ཀྱང་མི་མགོ་སྐྱོར་མཁན་དེས། །
 དྲིང་དུས་པོད་ཀྱི་བྲ་རྒྱལ་འགས། །
 སྒོལ་རན་དུག་གི་སྒྲོང་པོ་དེ། །
 སྒྲུབ་ཡང་བསྐྱོར་པའི་རེ་བ་ཡིས། །
 རྒྱལ་ཁབ་སྒྲིམ་ཁྲིམས་མ་འཐུས་པ། །
 དགོ་བཅུ་ལ་སོགས་སྒྲིབ་ཁྲིམས་བཞག།
 བྲ་མའི་སྒྲིབ་གཙོད་སྒོལ་རན་དེས། །
 ཞིང་འཁོག་སྲིད་འབྱོར་རིག་གསུམ་ལ། །
 ཡུལ་གཞན་མེད་པའི་རྩྭ་དུ་སྒྲོང། །
 རྒྱབས་གནས་དགོས་ན་ཚན་རིག་སྒྲོངས། །
 བདེ་སྦྱིད་འདོད་ན་དཔལ་འབྱོར་རྒྱབས། །
 བྱི་མར་བསམ་ན་གཞན་པར་གྱིས། །
 ལ་རྒྱ་ཡོད་ན་རང་རྒྱད་ནམས། །
 སྒོབ་གྲར་སྒྲིལ་ཞིང་ཡོན་ཏན་སྒོབས། །
 དད་པ་ཡོད་ན་འདུལ་བྱིམས་སྒྲུངས། །

གཞན་གཞོད་གཞི་དང་བཅས་པ་སྤྲངས། །
 དེ་སྤང་ཟླ་སྤང་ཚོགས་པ་ཡི། །
 སྤང་ཉིད་རྩོམ་རྩིས་ལན་རུ། །
 ཨོ་སེ་རོ་ལའི་སྤང་ཆེན་གྱི། །
 ཨོ་མཐའ་མེལ་ཤར་གྲོང་ཁྱེར་དབུས། །
 སྤང་ལ་སེ་ཏའི་སྤང་ཁ་ནས། །
 ཨོ་སྤང་སྤང་བའི་སྤང་ཁམས་པས། །
 སྤང་ཟླ་དང་པོའི་སོ་གཅིག་ཉིན། །
 དལ་གསོའི་མཆོམས་དེར་གང་བྲན་རུ། །
 སོ་ལ་སྤང་གྲ་རེའི་དང་རུ་བྲིས། །
 ཚོས་ཞིན་ཅན་ལ་དགོངས་དག་ཞུ། །



ཚོམ་ཡིག་འདི་འདྲི་བཞིན་པའི་སྤང་ཆེན་གྱི་འབེལ་པར།

ས་ཕག་གནམ་ལོ་གསར་ཆེས་ལ་གསལ་འདྲེབས།

སྒྲན་པ་རྒྱན་མས་སྒྲན་འཆོང་བྱེད། །
 མོ་མ་རྒྱན་མས་རིམ་གྱི་སྤྱལ། །
 རྒྱན་ལ་ཡིད་ཆེས་གངས་ཅན་པ། །
 མཐའ་ཐུག་རང་སྤྱོད་རྒྱན་ལ་འབྱལ། །

ས་སྤྱིང་ནད་རིགས་ཡོད་དོ་ཅོག །
 རྒྱད་བཞིའི་ནད་རྩ་བཅུ་ལ་བ་འབྱལ། །
 དེང་རབས་ནད་རིགས་མི་ཤེས་པའི། །
 སྒྲན་པ་ནམས་ནི་གཤམ་རྩེའི་གྲོགས། །

རིང་འཆོ་འདོད་ན་ཟས་སྤྱོད་གཞོབ། །
 ནད་བཅོས་འདོད་ན་སྒྲན་ཁང་ཆོལ། །
 བདེ་སྤྱོད་འདོད་ན་སྤྱོད་གཉེར་གྱིས། །
 རང་དབང་འདོད་ན་ཆོངས་དད་སྤྱོདས། །

གངས་ཅན་པོད་མིའི་ཆོས་སྤྱོད་ཆེད། །
 སྤྱིང་གཏམ་བདུད་ཅིའི་སྤྱོད་པ་འདི། །
 ཨོ་སི་ཏོ་ལའི་སྤྱིང་ཆེན་ནས། །
 ལོ་སྤྱོད་རྒྱལ་ཁམས་པ་དེས་སྤྱལ། །

ས་ཕག་གནམ་ལོ་གསར་ཆེས་ཀྱི་ཞོགས་པ་སྤྱི་ལོ་༢༠༡༧ལོའི་ཟླ་༩པའི་ཆེས་ཕལ་ཨོ་སི་ཏོ་
 ལའི་སྤྱིང་གི་སི་ཏི་ནི་གོང་ཁྱེར་ནས་སྤྱལ། །

ས་ཕག་ལོ་སར་གྱི་ཤིས་ཆེག་ཕག་བརྒྱུ་མ་བཞུགས་སྟེ།

2019.2.2

དམངས་གཙོའི་ཉི་མ་ཤར་རིའི་ཕག་ནས་འཆར། །
རང་དབང་མདུན་ལམ་ཤེས་རབ་ཕག་ནས་ཡངས། །
བདེ་སྲིད་འཛོལ་བ་བཙོན་འགྲུས་ཕག་ནས་རྟེན། །
ཕག་གི་ལོ་གསར་བོད་ལ་བདེ་སྲིད་འབྱུང་། །

སློབ་གསོའི་ཕག་ནས་མི་རིགས་རང་སློབས་རྟེན། །
བཅོ་སྟངས་ཕག་ནས་དེང་རབས་ཤེས་བྱ་རྟོགས། །
ཡོན་ཏན་ཕག་ནས་ལ་རྒྱའི་རང་རོ་བྱེ། །
ཕག་གི་ལོ་གསར་མདུན་ལམ་སྒྲུང་བྱེད་ཡིན། །

ཆོ་ལྷ་རྣམས་གསུམ་བུས་སློབ་ཕག་ཏུ་བཞུགས། །
དབང་ལྷ་སྟོར་གསུམ་རིག་པའི་ཕག་ཏུ་ཡིབ། །
ཁོར་ལྷ་རྣམས་གསུམ་བཙོན་འགྲུས་ཕག་ཏུ་འབྱུངས། །
ཕག་གི་ལོ་གསར་སྲིད་འབྱོར་རིག་གསུམ་རྒྱས། །

ནད་གདོན་འཛིན་རྟོགས་ས་ཡི་ཕག་ཏུ་མཐན། །
ཚོངས་རྒྱལ་སྟོམས་ལས་རྒྱ་ཡི་ཕག་ཏུ་དག།
ནང་དམེ་འཁོན་འཛིང་མེ་ཡི་ཕག་ཏུ་བསྟེན། །
ཁ་ཚོའི་སློང་གཏམ་རྒྱུད་གི་ཕག་ནས་ཡལ། །

འབྱུང་བཞིའི་ཕག་ཏུ་འགལ་རྒྱུན་བར་ཆད་རྫོག།
ལས་བཞིའི་ཕག་ཏུ་མཐུན་རྒྱུན་སྟོན་ལས་རྒྱབ། །

སྤྱིར་བཏིག་པའི་ཏུ་བོད་ཁམས་ལུན་པ་སེལ། །
ཕག་གི་ལོ་གསར་བཟང་ཤིས་བདེ་ལེགས་ལྷ། །

གོ་ལའི་ཕག་གི་ཨོ་སི་ཏོ་སྤྱིར་ནས། །
རྩོམ་པའི་མེད་ལྷ་འབྱོར་རྒྱལ་ཁམས་པས། །
གངས་རིའི་ཕག་གི་སྤྱི་ལོར་ཐམས་ཅད་ལ། །
ལྷག་བསམ་ཕག་ནས་ལེགས་སྦྱོར་འདི་འབྱུང་ལོ། །

ཞེས་པ་བོད་རིགས་སྤྱི་ལོར་ཡོངས་ལ་རྩོག་ཆུལ་གཅིག་བསྒྲིལ་གྱི་སྤྱི་ནས་ཆེན་རིག་དང་
མཐུན་པའི་སྤྱི་ཚོགས་སྤྱིའི་ལམ་སྟོགས་སུ་མདུན་བསྐྱོད་བྱ་རྒྱུའི་འཛོད་སྤྱུལ་དང་འབྲེལ་བའི་ས་
ཕག་གནས་ལོ་གསར་ཆོས་ལ་ཤིས་སྦྱོར་འདི་ནི་བོད་ཀྱི་རྒྱལ་ཁམས་པ་ལྷན་བསྐྱེད་ཐུན་ཚོགས་
དེས། རྒྱལ་ཁབ་ཆེན་པོ་ཨོ་སི་ཏོ་ལི་ཡའི་གོང་ཁྱིམ་སི་ཏི་ནིའི། Inter-Continental དབྱིང་
ཐེར་ཁམ་ཏིན་ནི་ཏོའི་མགྲོན་ཁང་ཆེན་མོ་ནས་སྤྱི་ལོ་༢༠༡༧ལོའི་ཟླ་བ་༢པའི་ཆོས་ལ་ཉིན་གྱི་
ཚོགས་པའི་བཟའ་བདུང་སྐབས་སུ་ཤར་མ་གྲིས་ཏེ་སྤྱིངས་སོ། །



ཚུམ་ཡིག་འདི་འབྲི་བཞིན་པའི་སྐབས་ཀྱི་འབྲེལ་བས།

དགོན་མཆོག་གསུམ་ལ་ང་ཚོས་ཐད་ཀར་འབྲེལ་བ་བྱེད་ཆོག

2019.3.1

འབྱོར་པ་ཡོད་ན་སློབ་གསོའི་ཆེད་དུ་ཐོངས།
 དགེ་བ་འདོད་ན་ལས་འབྲས་ཚུལ་བཞིན་སྤངས།
 རྒྱུ་རྒྱུ་གང་དགོས་ཀྱིས་པ་ཡོངས་ཀྱིས་བསྐྱབ།
 ཆོས་དང་འཇིག་རྟེན་གཉིས་མཆོག་འདི་ཡིན་ནོ།

སྤང་ཡིག་སློབ་སྦྱང་གཞོན་ཅུའི་དུས་སུ་བཙོན།
 སྤང་འབྱོར་རིག་གསུམ་དར་ལ་བབས་ཆེ་ལྟ།
 ལུས་སེམས་བདེ་ཕྱིར་ཆོ་ག་རང་གིས་འདོན།
 བོད་རིགས་ཡར་རྒྱས་ཡོད་པའི་ཆེད་གཞི་ཡིན།

ང་ཚོ་བོད་རིགས་མ་འོངས་པའི་རེ་བ་བཙལ་ས་དེ་ད་ལྟའི་གཞོན་ཅུ་ཤེས་ཡོན་
 ཅན་ནམས་རེད། ལྷག་པར་དུ་མིག་སྤར་སློབ་གྲྭ་ཆེན་མོ་ནམས་སྤང་སྦྱང་བྱེད་
 བཞིན་པའི་སློབ་གྲྭ་ཆེན་མོ་བ་དང་། རབ་འབྱམས་པ། འབྲུམ་རམས་པ་འདི་དག་
 རེད། ཉེ་ཆར་བོད་ཁམས་ཡོངས་ཀྱི་འཕྲིན་ལམ་ནས་སྤང་སྦྱང་བདེན་རྒྱུ་གྱི་སྐོར་ལ་
 ལབ་སྤྱོད་མང་པོ་ཞིག་བྱེད་ཅིང་འདུག །ངས་བལྟས་ན་རང་མགོ་འཁོར་བྱེད་གྱི་
 དུས་ཆེད་འཕྲོ་བརྒྱུག་རེད། འདི་ནི་རི་བོང་རུའི་ཅེ་ཙྗེ་ཞན་གྱི་ཆེད་དུ་ཚོད་པ་བྱ་བ་
 དང་དོན་གཅིག་པར་མཐོང་། ང་ཚོ་ཆོས་དང་དགོན་མཆོག་ལ་དད་པ་ཡོད་ན་སྤང་
 སྦྱང་ནམས་བརྒྱུད་ནས་དགོན་མཆོག་དང་འབྲེལ་བ་བྱེད་དགོས་དོན་མི་འདུག །
 རང་རང་གིས་ཐད་ཀར་དགོན་མཆོག་ལ་གསོལ་བ་བཏབ་ན་ཡག་ཤོས་རེད། དེང་
 དུས་སྤང་སྦྱང་འདི་དག་མི་སེར་དང་དགོན་མཆོག་བར་ལ་འབྲེལ་བ་བྱེད་མཁན།
 དཔེར་ན། བྱིམས་དཔོན་དང་ཉེས་དོན་མི་ (犯罪嫌疑人) ལྟའི་བར་འབྲེལ་བ་

བྱེད་མཁན་གྱི་ཁྲིམས་ཚུང་པ་ (律師) ལྟ་བུ་ཞིག་ཆགས་འདུག ཁྲིམ་ཏུ་བསམ་ན་
 དེར་དུས་སྤྱི་ལ་ཕལ་ཆེར་དེ་སྒྲིམ་ཉམས་ལེན་ནི་མེད། ཤེས་རིག་ཡོན་ཏན་ནི་
 ཕལ་ཆེར་སློབ་ཚུང་སློབ་གྲྭ་ནས་ཐོན་པ་འདྲ། ཡང་ན་འབྲིང་རིམ་སློབ་གྲྭ་ཙམ་
 ཐོན་པ་ཤ་སྟག་རེད། དེས་ན་གོས་མི་འདྲ་བ་ཙམ་ལས་དོན་ཏུ་འདོན་ཡོན་ཏན་
 ང་ཚོ་ཕལ་པའི་མི་རྣམས་དང་བྱེད་པ་མ་མཐོང་། ཁོ་ཚོས་ང་ཚོ་ལ་འཛིགས་སྤྱུལ་
 བྱེད་ཡས་ཀྱི་ལག་ཆ་གལ་ཆེ་ཤོས་དེ། “སྤྱོད་ཚོས་བཀའ་ལ་མ་ཉོན་ན་མི་ལ་ན་ཆ་
 བྱུང་ན་རིམ་འགོ་འདོན་བགྱི་མིན། ཤི་སོང་བ་ལ་ཚོ་ག་འདོན་བགྱི་མིན་” ཞེས་
 ཞེད་སྤང་སྤྱུལ་ཡས་གཙོ་བོ་དེ་རེད། དངོས་གནས་བྱས་ན་དེ་ནང་པ་སངས་རྒྱས་
 པའི་ལྟ་སྤྱོད་དང་འགལ་ཆར་པ་རེད། ནང་པའི་ལྟ་སྤྱོད་དང་འགལ་ཆར་པའི་སྤྱི་
 སྤྱུལ་ཞིག་གིས་ང་ཚོ་ལ་རིམ་འགོ་འདོན་ནའང་ཕན་ཐོགས་ཅི་ཡང་ཡོད་མ་རེད།
 དེ་བས་ང་རང་ཚོ་ཆང་མས་ཚོས་འདོན་ཡས་སྤྱང་དགོས་འདུག །

མཁས་དབང་ནམ་མཁའི་ཁོར་བུ་རིན་པོ་ཆེ་ལ་གོ་ལའི་ཤར་རྒྱལ་གཉིས་སྤྱི་ཚོས་
 ཚོགས་ཕལ་ཆེར་བརྒྱལ་ཉེ་སྒྲིམ་ཞིག་ཡོད་རེད། དེའི་ནང་ལ་གཟན་ཤམ་དང་།
 ཚོས་གོས་ཀྱིན་མཁན་གཅིག་ཀྱང་མ་མཐོང་། འོན་ཀྱང་སྤྱི་བོ་པོ་མོ་ཆང་མ་ཚོས་
 ཤེས་མཁན། ཉམས་ལེན་བྱེད་མཁན། དུས་རྒྱུན་ལས་ཀར་འགོ། དུས་ཆེན་སྐབས་སྤྱི་
 ཚོ་ག་ཚོས་སྤྱོད་གང་ཞིག་འདོན་དགོས་ན། འདོན་བཅའ་ཚོགས་ །ཚོ་ག་སྤྱུག་ལེན་
 ཆ་ཆང་པོ་མོ་བྱེད་མེད་ཆང་མས་ཤེས་ཀྱི་འདུག །སངས་རྒྱས་བསྟན་པ་དར་བེར་
 བ་དེ་དངོས་གནས་དེ་རེད་འདུག །

ངའི་བསམ་འཆར་ལ། ཚོས་བེར་བ་དེ་བསམ་པའི་འཚོ་བ་ཞིག་ཡིན་སྟབས། སྤྱི་
 ཚོགས་གང་འདྲ་ཞིག་ཡར་རྒྱས་བྱིན་ཡང་དགོས་མཁོ་མེད་པར་འགྱུར་མི་སྲིད།
 དེས་ན་ཚོས་ལྷགས་ནི་ང་ཚོའི་འཚོ་བའི་ཆ་ཤས་ཇ་དང་རྩམ་པ་ལྟ་བུ་ཞིག་ཏུ་ངོས་
 འཛིན་ནས། བྱིམ་པ་པོ་མོ་ཆང་མས་ནམ་དགོས་རང་གིས་འདོན་ཤེས་པ་དང་།
 སྒྲིམ་ཤེས་པ་བྱས་ན་ལགས། །དེ་ནི་དཔེར་ན། རང་ཉིད་ལྟོ་བ་ལྟོགས་པའི་སྐབས་སྤྱི་
 ཇ་རྩམ་དང་། ཤ་མར་རང་གིས་བོས་ན་ལྟོ་བ་ལ་ཕན་པ་སྤྱོས་མ་དགོས་པ་རེད། ང་
 ལ་ཕན་པའི་ཆེད་དུ་གཞན་ལ་ཚོས་འདོན་རྟོགས་ཞེས་རེ་བ་བྱ་བ་ནི། རང་ཉིད་ལྟོ་

བ་ལྟོག་པའི་སྐབས་སུ་ངའི་བགེས་སྒོམ་སེལ་བའི་ཆེད་དུ་མི་གཞན་ལ་ལྟོ་ཆས་བྱ་
རྒྱུ་ལས་ཁེ་བ་ཞུ་བ་དང་དོན་གཅིག་པར་མཐོང་། དེས་ན་བོད་མི་གཞན་ལ་ལྟོ་
མོ་ཆོང་མས་རྒྱན་མཁོའི་ཆོ་ག་ཆོས་སྦྱོང་ཆོང་མ་འདོན་ཤེས་པར་བྱ་ནས། དགོས་
མཁོ་ཡོང་དུས་རང་རང་གིས་ཅ་འཇུགས་བྱ་སྟེ་གཏོ་དགོ་རིམ་གྱི་འདོན་ན་ཆོ་འདི་
ལྟེ་གཉིས་ཀ་ལ་ཕན་པ་ཆེ་ཤོས་དེ་རེད་སྟུག་།

མདོར་བསྡུས་ན་ང་ཆོས་སྦྱང་དགོས་པའི་གཏོ་མདོས་དང་། ཆོ་གའི་སྒྲོར་ལ་
མང་པོ་དགོས་ཀྱི་མི་འདུག ཁྱེད་རྒྱུག་སྒྲོར་རྒྱན་མཁོའི་ཆོ་གར། དཔེར་ན། ཤེར་
སྟོང་བདུད་རྒྱུག །བརྒྱ་བཞི། སྒྲོལ་མ་གཡུལ་མདོས། འཆི་བླ། གཡང་བླ། བསེ་རག་
བཀར་ཡས་སོགས་འགའ་ཞིག །ཤི་ཆོས་ལ་ཐོག་མར་འབྱུང་ཅིས་དང་། གཤིན་
ཆོག །རུར་གཅོད། རོ་ལམ་གསེར་སྐྱེམས། སྐམ་ཆིངས་སོགས་འགའ་ཞིག་དང་། དེ་
ནས་བདུན་བདུན་བཞི་བརྒྱ་ཞེ་དགའི་ཆེད་དུ་ཆོ་ག་བདུན་ཅུ་སྦྱང་ཐུབ་ན་
འགྲིག །དཔེར་ན། འོད་དཔག །འཁོར་བ་དོང་སྒྲུགས། མི་འཁྲུག་པ། ཀྱུན་རིག་
རྩོར་ལེམས། ཞི་གྲོ། སྒྲན་སྒྲ་བཅས་ཆོ་ག་བདུན་པོ་དེ་དག་བྲིམ་པ་སོ་སོ་སུས་ཀྱང་
འདོན་ཤེས་པ་ཞིག་སྦྱང་ན་ཀྱུན་རིག་ཆོ་ག་ལུང་། གཞན་ནམས་པལ་ཆེར་ཟླ་བ་
གཅིག་གིས་ཤེས་ཐུབ་བགྱི་རེད། དེས་ན་སྒྲ་སྒྲུལ་ཆོ་ལ་དཀོན་མཆོག་དང་འབྲེལ་བ་
བྱེད་རྒྱུ་ལས་ཁེ་བ་ཞུ་བ་འཐེན་དགོས་དོན་མི་འདུག །ང་ཆོ་ཆོང་མས་ཡོན་ཏན་དེ་
འདྲ་པོ་ཞིག་ཤེས་ཆོར་དུས། ཁོ་རང་ཆོ་གོས་ཆེན་གྱི་ལྷ་དང་གོས་རྩིག་པོ་རེ་གྱོན་
ནས་ཁྱི་ཆེན་པོ་ཞིག་གི་ཐོག་དུ་འབྱིང་ནས་བསྐྱད་ན་འང་ང་ཆོས་ཡིད་སྦྱོན་དང་།
དད་པ་བྱ་དགོས་དོན་མི་འདུག །ང་ཆོ་སོ་སོས་དཀོན་མཆོག་དང་ཐད་ཀར་
འབྲེལ་བ་བྱེད་ཐུབ་པའི་ལུས་པ་ཡོད་ཆོར་པ་རེད།

དེང་སང་གི་དགོན་པ་ཟེར་བ་དེ་སྐྱུགས་ཤོག་གི་ཆོང་ར་(股票市场)དང་འདྲ་
བ་ཞིག་སྟེ། ལས་ཐབས་སུས་མཁས་ན་དེ་སྐྱུགས་ཤོག་གི་ཁེ་ཕན་ལོངས་སུ་སྦྱོང་
ཅིང་། ལས་ཐབས་མཁས་པ་མེད་ན་ནམ་ཡང་སྐྱུགས་ཤོག་གི་གྲོང་རག་མཁན་
ཡིན་པ། དཔེར་ན། སྒྲ་སྒྲུལ་མཁན་གསུམ་ནི་སྐྱུགས་ཤོག་གི་ཁེ་བ་མཁན་དང་། ལྷ་

པ་ཕལ་ཆེར་དང་མི་མེད་ནམས་ནི་སྤྱགས་ཤོག་གི་གྲོང་རག་མཁན་ལྟ་བུ་ཞིག་
ཆགས་འདུག།

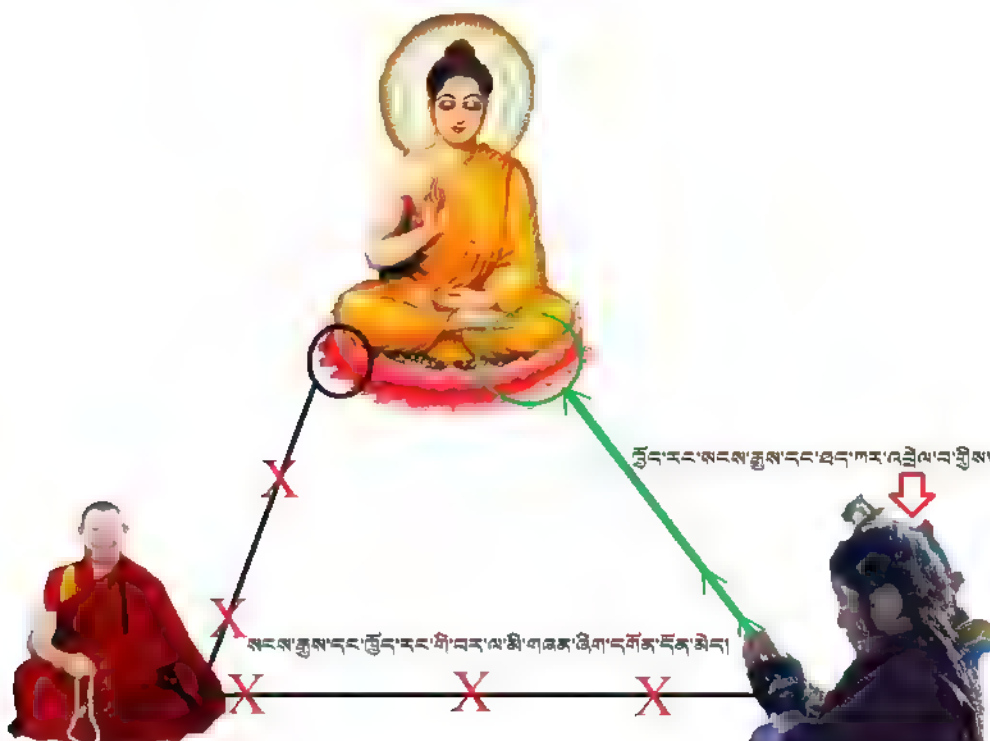
རང་རིགས་དད་ལྡན་པོ་མོ་ལ།

དམ་ཚེས་ཀྱང་དག་སྤུལ་བ་འདིར།

ཆོས་མགོ་བསྐྱོར་བའི་བླ་སྤུལ་ཆོས།

སྤྱིགས་གཏམ་ཆར་བཞིན་དབབ་པར་ངེས།

ཞེས་པ་ནང་པའི་ཆོས་དང་རིག་གཞུང་ལ་དད་པ་བསྟན་པོར་ཐོབ་ཅིང་ཆོས་ལོག་ཆོས་རྒྱན་
ནམས་ལ་མཐར་གཅིག་དུ་རྒྱུ་ལྟས་ཀྱི་སློབས་པ་ཅན་ཤར་དཔལ་སྤངས་པའི་གྲོང་འདབས་སུ་
སྤྱིགས་པའི་རྒྱལ་ཁམས་པ་ཐུབ་བསྟན་ཐུན་ཆོགས་ངེས། སྤྱི་ལོ་༢༠༡༧ལོའི་ཟླ་བ་༣པའི་ཆོས་ཉིན།
མོ་རུབ་མི་རིགས་སློབ་གྲྭ་ཆེན་མོའི་རང་ཤག་དུ་བྱིས་སོ།



བོད་ཀྱི་སླ་སྦྱལ་ནམས་ལ་རེ་འབོད།

2019.4.25

ཚོངས་དད་ཅན་གྱི་མི་དམངས་དང་། །
རང་འདོད་ཅན་གྱི་སླ་སྦྱལ་གཉིས། །
སློན་ལས་དབང་གིས་བོད་ཏུ་འཛོམས། །
མི་རིགས་བརྒྱུ་པའི་སྤྱ་ལྷས་རེད། །

བོད་མི་དམངས་ནི་དད་པ་ཆེ་ལ་ཤེས་རིག་ཚོངས་པའི་མི་རིགས་ཤིག་རེད། ལྷག་
པར་ཏུ་སླ་སྦྱལ་ནམས་ལ་ཡིད་ཆེས་གྱི་དད་པ་བརྟན་པོ་ཡོད་པ་ཞིག་རེད། རང་
གི་མི་རིགས་ལ་ཤ་ཆ་དང་སྤྱིང་རྩེ་ཡོད་མཁན་གྱི་སླ་སྦྱལ་ཡོད་ན། རང་དང་ཆོས་
ལུགས་གྱི་ཁེ་སན་ཚུང་ཏུ་ཞིག་གི་ཆེད་ཏུ། བོད་མི་དམངས་ནམས་ལ་ཚོངས་དད་
དང་། གཡོ་རླུན་གྱི་སློབ་གསོ་མི་གནང་བའི་རེ་འབོད་སྤྱིང་གི་དཀྱིལ་ནས་ཁྱེ་བ་
ཡིན། གང་ཞེ་ན། བོད་མི་དམངས་ནི་སླ་མ་ལ་དད་པ་བྱས། སླ་མའི་གཏམ་ལ་
ཡིད་ཆེས་བྱས་ནས་མི་ལོ་སྟོང་ལ་ཉེ་བའི་ལོ་རྒྱུས་ཡོད་སྟབས། དེའི་ཤུགས་སྐྱོན་
གིས་དེང་གི་རྒྱུ་ལྟར་བོད་མི་བརྒྱ་ཆ་བརྒྱུ་ཅུ་ནས་བརྒྱད་ཅུའི་བར་དེ་སླ་མས་
གང་གསུངས་ཡིད་ཆེས་ཤིང་ཡོད་པ་རེད། ཁོ་ཚོ་ཚོངས་པ་ཡིན་སྟབས་སླ་མ་
ཞིག་གིས་རླུན་དང་། གཡོ་རླུན་གང་གསུངས་ཀྱང་ཁོ་ཚོས་ཡིད་ཆེས་ཤིང་ཡོད་
སྟབས། སླ་མའི་སློབ་གསོ་ནི་ང་ཚོའི་སྤྱད་ཆ་དང་མི་འདྲ་བ། བོད་ཀྱི་ཡུལ་ཏུ་
བཟང་ངན་གཉིས་ཀའི་རྒྱས་པ་ཆེན་པོ་ཞིག་ཐོན་སྐྱབ་ཅིང་ཡོད་པ་རེད། དཔེར་
ན། གོང་གི་མཁན་ཆེན་ཚུལ་ཁྲིམས་སློ་གྲོས་ཀྱི་སྦྱ་པར་དང་། ཁོ་བོའི་འདྲ་པར་
ཞིག་མཉམ་ཏུ་བཞག་ནས། མི་འཕུར་རྒྱ་ཡོད་མེད་སྟོར་ལ་འོས་ཤོག་ཅིག་སྒྲུག་
འདུག་པ་འདི་ལ་བལྟས་པ་ཅེས་གྱིས་བོད་མི་དམངས་ཀྱིས་སླ་སྦྱལ་ནམས་ལ་ཡོད་
པའི་དད་འདུན་མཚོན་སྟབས། །

འཛམ་གླིང་ཐོག་མི་འཕུར་རྒྱ་ཡོད་པ་ཁས་ལེན་མཁན་ནི་སྤྱོན་པ་ཕར་ཕུད་མི་
གཞན་གཅིག་ཀྱང་ཡོད་མི་སྲིད། འོན་ཀྱང་བོད་ཀྱི་ཡུལ་དུ་སླ་མ་ཞིག་གིས་གང་
གསུངས་ཡིད་ཆེས་པ་འདི་ནི་དད་པ་ཡིན་ལ། རྒྱ་ནག་པའང་ཡིན་པའི་རྟགས་
མཚན་ཞིག་རེད། དེས་ན་དད་ལུན་རྒྱ་ནག་པ་འདི་རྣམས་སྤྱི་བ་སྤྱི་མར་རང་གི་
ཡུ་མ་ཡིན་མིན་མ་ངེས་ནའང་། ད་ལྟ་ནི་རང་དང་མི་རིགས་གཅིག་པ་ཡིན་པའི་
ཤ་ཚད་དང་། ལ་རྒྱ་ཡིས་འདི་ཚོ་རྒྱ་ནག་པའི་ལུང་ལམ་དུ་མི་བྲིད་པའི་རེ་འབོད་
ཞུ། མིག་སྒར་སྤྱི་ཚོགས་སྤྱི་ཚོགས་འགའ་ཞིག་གིས་རང་གི་ཁེ་ཕན་ཆེད་དུ་བོད་མི་
དམངས་ལ་རྒྱ་ནག་དད་དྲིལ་བསྐྱགས་ཕྱིད་ཅིང་སྤྱོད་རྒྱ་ནག་པའི་ལུང་ལམ་དུ་བྲིད་པ་ན།
མ་འོངས་པར་དུས་རབས་ཕྱིད་ཅིམ་འདས་པའི་རྒྱུ་རྐྱེན་ལ་ཚོའི་མི་རིགས་འདི་རྒྱ་
མཚོའི་ནང་དུ་ཁབ་བྱུང་པ་ལྟ་བུ་ཞིག་ཡོད་བར་ཐེ་ཚོམ་མི་དགོས་པ་ཞིག་རེད། །
ང་ཚོའི་མི་རིགས་འདི་མི་རབས་ནས་མི་རབས་སུ་གནས་སྟབས་པ་ཞིག་ཕྱིད་དགོས་
ན། དབྱེངས་སི་རེའོ་མི་རིགས་ (犹太人 Jewess) འདི་ལ་སློབ་སྦྱོང་བྱ་འོས་པ་
ཞིག་རེད། ཁོ་ཚོ་ལོ་ངོ་སྟོང་ཕྱག་བརྒྱ་དུ་གནས་སྟབས་པ་དེ་ཚོ་རིག་སློབ་གསོ་
དང་། དཔལ་འབྱོར་རིག་པ་གཉིས་མི་རིགས་ཀྱི་ལ་རྒྱའི་སློབ་ཤིང་དུ་འཛིན་ནས་
ད་བར་གནས་སྟབས་པར་བྱུང་བའི་ལོ་རྒྱུས་རྣམས་བོད་ཡིག་དུ་བསྐྱར་ནས་བོད་པ་
ཚོས་སློབ་སྦྱོང་བྱ་འོས་པ་ཞིག་རེད། གལ་ཏེ་སྤྱི་ཚོགས་རྣམས་ཀྱིས་བོད་མི་དམངས་
རྣམས་རྒྱ་ནག་གཉིད་ལས་སད་པའི་ཆེད་དུ་གནས་སྟབས་པ་ཞིག་ཕྱིད་དུ་གཏོང་
ཞིག་གསུངས་ནའང་དེ་ནི་ཐབས་མཁས་ཀྱི་མཛད་པ་ཡིན་པ་ལས་རྒྱ་ནག་དང་གཡོ་
སྤྱི་ཞེས་ང་ཚོས་དགག་པ་མི་ཕྱིད་པའི་དམ་བཅའ་བརྟན་པོར་ཡོད། འོན་ཀྱང་
བོད་མི་དམངས་ལ་གཞོན་པའི་རྒྱ་ནག་མ་གཏོགས་པ་ཞིག་ཕྱིད་སྤྱི་ཚོགས་མཁན་ནི་ཉིན་
མོའི་སྤྱི་ཚོགས་མ་ཅིམ་མོ། །

ཞེས་བོད་ཀྱི་མི་དམངས་ཁྲོད་དུ་སླ་མའི་རུས་སྤྱོད་པས་བསམ་གྱིས་མི་བྱུང་པ་ཞིག་ཡོད་པར་
མཐོང་བའི་མོད་ལ་རང་རིགས་ལ་ཞེན་པ་ཅུང་ཟད་ཡོད་པའི་རྒྱལ་ཁམས་པ་སྟབས་སྟབས་སྟབས་
ཚོགས་དེས། བོད་ཀྱི་སྤྱི་ཚོགས་ལ་འབོད་སྤྱོད་འདི་ནི་ལྟ་བུ་མི་རིགས་སྤྱོད་གཞི་མོའི་
རང་ཤག་ནས་སྤྱིངས་སོ། །

ལས་ཆོག་རུས་བཅུ་གསུམ་གྱི་དབྱེ་བ་དང་དཔེར་བཞིན།

2019.5.7

ལས་ཆོག་རང་གི་སྐད་དང་མ་བསྐྱུན་པ། །
 བ་སྐད་གཅང་མ་ཟེར་ཡང་ལོག་སྐད་རེད། །
 གཞན་གྱི་ནོར་ལ་གཞན་སྐད་མིང་སྟོང་པ། །
 འཇོམ་སྒྲིང་ཤར་ཅུབ་ཀུན་གྱི་སྤྱི་ལུགས་རེད།

ཅས་ཀ་དང་གཞི་བརྒྱུང་ལ་སོགས། །
 གནའ་བོཾ་རུས་ནས་བོད་གྱི་སྤྱུགས་སྐད་ཡིན། །
 རུས་གསུམ་ལས་ཆོག་འཆོལ་ཉོག་སྟོང་པ་འདི། །
 དེང་རུས་མཁས་པར་གྲགས་པཾ་ལོག་སྐད་རེད། །

སྐད་རིགས་གང་ཞིག་ཡིན་ཡང་བཞིན་དོན་གསལ་པོར་སྟོན་བྱེད་གྱི་རུས་པ་
 གཙོ་བོ་རུས་གསུམ་དང་འབྲེཾ་བཾ་ལས་ཆོག་རྣམས་ཡིན་ཞིང་། བཞིན་དོན་གང་
 ཞིག་ཡིན་ཡང་རུས་གསུམ་དང་མ་འབྲེཾ་བཾ་དོན་རྒྱུན་གང་ཡང་མེད། འོན་ཀྱང་
 དོན་དེ་རུས་གང་ཞིག་གི་དོན་རྒྱུན་ཡིན་པ་བཞིན་ཚུཾ་གྱི་རྣམ་པཾ་སྟོན་ནས་དབྱེ་
 བ་མང་པོ་ཞིག་ཡོད་པ་ནི། དཔེར་ན། འདས་པཾ་རུས་གྱི་དོན་རྒྱུན་གང་ཞིག་
 བཞིན་པཾ་ཆོ་ལས་དེ་བྱེད་བཞིན་པཾ་སྐབས་གྱི་རྣམ་པ་བཞིན་པ་འདས་རུས་གྱི་
 ད་ལྟ་བཾ་སྐབས་དང་། འདས་པཾ་རུས་གྱི་དོན་རྒྱུན་སྤྱིང་བཾ་སྐབས་སུ་རུས་
 དེར་བྱེད་པར་འགྱུར་བཾ་རྣམ་པ་བཞིན་པ་འདས་རུས་གྱི་མ་འོངས་པ་ལ་སོགས་
 པཾ་ནང་གསེས་གྱི་དབྱེ་ཡོད་པ་དེ་དག་གནའ་བོཾ་བརྟེན་གཞུང་རུ་སྤྱོད་ཞིབ་གྱི་
 རྣམ་བཤད་བྱུང་མེད་ཀྱང་། སྐད་ཡིག་རང་གཤིས་ལ་གནས་པཾ་བཞིན་ཚུཾ་དེ་

བཀའ་བསྟན་ལ་སོགས་དཔེ་རྒྱུ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ནང་དུ་དུས་གསུམ་གྱི་ལས་ཚིག་
 རྣམས་སྐབས་ཐོབ་ཀྱི་བཟོད་དོན་དང་འབྲེལ་ནས་ལས་ཚིག་སྒྱུར་ཡོད་སྟབས་ཐོད་
 རང་གི་སྐད་གཤིས་དང་མཐུན་པའི་བསྟན་བཅས་ཤ་སྟག་བྱང་ཡོད། འོན་ཀྱང་
 དེར་དུས་ཐོད་ཀྱི་སུམ་རྟགས་དག་གསུམ་ལ་སྒྱུར་པ་མཐར་ཕྱིན་པ་ཞིག་མ་བྱས་
 པའི་ཆེན་གྱིས། འདས་དུས་ཀྱི་རྣམ་པ་རྟོག་ཆེ་འདས་པའི་ལས་ཚིག་ཁོ་ན་དང་།
 མ་འོངས་པའི་དོན་ཆེན་བཟོད་ཆེ་མ་འོངས་པའི་ལས་ཚིག་ཁོ་ན་བཅས་སྒྱུར་བྱེད་
 པ་སོགས་ཐོད་སྐད་དང་མི་མཐུན་པའི་ལས་ཚིག་དུས་གསུམ་ཁོ་ན་དང་བསྟན་
 རྣམས་སྒྱུར་སྟོལ་གསར་པ་ཞིག་བྱང་ཡོད་པ་འདི་ཡིས་ཐོད་ཀྱི་སྐད་ཡིག་གི་བྱོ་བ་
 བརྒྱུ་སྟེ་བཟོད་བྱ་ཁ་མི་གསལ་བའི་ཐོད་སྐད་གསར་པ་ཞིག་ཡོང་བཞིན་ཡོད་པ་
 འདི་ལ་ཐོད་རིགས་གཞིན་ཅུ་ཤེས་ཡོན་ཅན་རྣམས་ཀྱིས་དོ་སྒྲུང་བྱ་འོས་པ་ཞིག་
 རེད། །ལས་ཚིག་ད་ལྟ་བའི་དབྱེ་བ།

གཅིག །ད་ལྟ་བའི་ལས་ཚིག་བཤད་པ།

༡ བྱེད་པའི་ལས་ཚིག་།

Present simple (I do) is are

རྒྱུན་ལྡན་དུ་ད་ལྟ་བྱེད་ཅིང་ཡོད་པའི་བྱ་བ་རྟོན་བྱེད་ནི། ལས་ཚིག་ད་ལྟ་བ་ཁོ་
 ན་དང་། ཡང་ན་ཅིང་ཞིང་ཤིང་སོགས་ཀྱི་ཚིགས་ཤོགས་དང་སྒྱུར་ཡོད།

- > ཁོས་སྐྱ་པ་སྐྱ་སྐྱས་གཏོང་ཞིང་ཡོད་རེད།
- > ང་དུས་རྒྱུན་ཞོགས་པ་རྒྱ་ཚོད་བརྒྱད་པའི་ཐོག་ལང་ཞིང་ཡོད།
- > རྒྱ་གར་མི་དམངས་ཀྱིས་སྤྱིར་སྐད་དབྱིན་ཇི་སྐད་རྒྱུ་ཞིང་ཡོད་རེད།

༢ བྱེད་པའི་ལས་ཚིག་།

Present continuous (am doing)

ལས་ཚིག་ད་ལྟ་བ་ལ་བྱ་བ་བྱེད་བཞིན་པའི་ཚིགས་ཤོགས། “བཞིན” “སིས”
 རྣམས་སྒྱུར་དགོས། དཔེར་ན།

- > སྐད་ཆ་མ་བཤད་ཨ། ངས་མོ་འ་གཏོང་བཞིན་ཡོད། (གཏོང་སིས་ཡོད། ལམས་སྐད་)

> ཁྱི་བ། བརྒྱུ་ཅི་ལས་བཞིན་འདུག།

ཁྱིས་ལན། མོས་ལུས་པོ་འབྲུ་བཞིན་འདུག། (བཟུ་མིས་འགྱི།)

> ཉོན་དང་། མི་འདི་ཚོས་དབྱིན་ཇི་སྐད་རྒྱབ་བཞིན་འདུག།

༣ ཀླུ་ལུ་ཐུག་པའི་ཀླུ་ལ།

Present perfect (I have done)

have done, have been, have finished, have lost

སྐད་ཆ་བཤད་པའི་རུས་དེར་ལས་གང་དེ་ཚྭ་གས་མ་ཐག་པའི་དོན་སྟོན་པ་ལ།
འདས་པའི་ལས་ཚིག་དང་འབྲེལ་ནས་ད་ལྟའི་རུས་བཟོད་པ། འདི་ལ་བཟོད་
ཐབས་རིགས་གསུམ་ཡོད་འདུག །

1, འདས་པའི་ལས་ཚིག་དང་། ཚིགས་གྲགས་སྒྱུར་བ།

འདིར་རུས་འདས་པའི་ལས་ཚིག་ལ་རྒྱུན་གྱི་ཚིག་གྲགས་“ཆར་” དང་། “ཆར་སི”
ཡང་ན་ལས་ཚིག་གང་ཡིན་པ་དེ་ལ་“མ་ཐག་ཡིན” “ མ་ཐག་རེད” སྟགས་སྒྱུར་
ནས་རུས་འདས་མ་ཐག་པའི་དོན་སྟོན་པ་དཔེར་ན།

> ངའི་ལྷུ་མིག་བརྒྱགས་ཆར་སི།

> ང་ད་ལྟ་ཡང་ལངས་ཆར་ཆད་ཡིན། ཡང་ན། ད་ལྟར་ལངས་མ་ཐག་ཡིན།

> ཤིང་སྔོང་དེ་བཅད་ཆར་ཆད་ཡིན། ཡང་ན། བཅད་མ་ཐག་ཡིན།

2, ད་ལྟ་བའི་ལས་ཚིག་དང་འདས་པའི་ཚིག་གྲགས་སྒྱུར་བ།

འདི་ནི་དོན་རྒྱུན་གང་དེ་བཟོད་པའི་རུས་སྐབས་དེ་ཡན་ཆད་གྱི་བྱུང་བ་བཟོད་
པའི་རྣམ་པ་ཞིག་ཡིན། ད་ལྟ་བའི་ལས་ཚིག་དང་། “སྔོང་” “ཆར་ཆད” སྟགས་
རྒྱུན་གྱི་ཚིག་གྲགས་དང་སྒྱུར་ནས་སྔོང་དགོས་པ་རེད། །

> ཁྱི་བ། བྱོད་པེ་ཅིང་ལ་འགོ་ཞེ་སྔོང་།

ཁྱིས་ལན། ང་ཐེངས་མ་གཉིས་འགོ་སྔོང་།

> ཁྱི་བ། བྱོས་དམག་འབྲུག་གི་སྒྲོག་བརྒྱན་ལྟ་ཞེ་སྔོང་།

ཁྱིས་ལན། མང་པོ་ལྟ་སྔོང་།

> ཁྱི་བ། ལས་བྱ་འབྲི་ཞི་ཚར།

ཁྱིས་ལན། འབྲི་ཚར་ཚད་ཡིན།

> ཁྱི་བ། སྐྱུ་སྒྲིབ་སྤྱི་ཞི་ཚུང་།

ཁྱིས་ལན། ཐེངས་ཁ་ཤས་སྤྱི་ཚུང་།

> ཁྱི་བ། འབྲོང་གཡག་རིག་ཞི་ཚུང་།

ཁྱིས་ལན། ཐེངས་གཅིག་རིག་ཚུང་།

3. ལས་ཚིག་ད་ལྟ་བ། རྒྱུ་གྱི་ཚིག་གྲགས་ “ལེ” ཡིག་དང་ལྟན་ཏུ་སྒྱུར་བ།

> ཁྱི་བ། ཁྱོས་མོ་ཏ་བཏང་ཞི་ཚུང་།

ཁྱིས་ལན། མ་ཚུང་། དེ་རིང་ཐེངས་དང་ཕོ་གཏོང་ལེ་ཡིན།

> ཁྱི་བ། ཁྱོས་རི་དྲགས་བསད་ཞི་ཚུང་།

ཁྱིས་ལན། མ་ཚུང་། ད་ལོ་ཐེངས་དང་ཕོ་གསོད་ལེ་ཡིན།

> ཁྱི་བ། ལྟ་སར་འགོ་ཞི་ཚུང་།

ཁྱིས་ལན། མ་ཚུང་། ད་རེས་ཐེངས་དང་ཕོ་འགོ་ལེ་ཡིན།

༤ གཡམ་འཛིག་འཁོར་ལ།

Present perfect continuous

(have been doing) have been shopping, have been watching,

have been raining, have been working.

དོན་རྒྱུ་གང་ཞིག་འདས་མ་ཐག་པ་ཡིན་ཡང་དེའི་རྗེས་ཤུལ་ད་དུང་རྒྱུ་སྤྱི་མེད་
 པའི་རྣམ་པ་ཅན་ལ་ཟེར། འདས་མ་ཐག་པའི་ད་ལྟ་བ་དང་། འདས་བཞིན་
 པའི་ད་ལྟ་བ་གཉིས་ལ་བྱད་གང་ཞིན། འདས་མ་ཐག་པའི་ད་ལྟ་བ་ཞེས་པ་ནི་
 འབྲུ་དོན་ལྟར་དོན་རྒྱུ་གང་དེ་འདས་མ་ཐག་པའི་རྗེས་ཐོག་དེ་མ་ཐག་པའི་དུས་
 ལྡན་བའི་གཏམ་དང་། འདས་བཞིན་པའི་ད་ལྟ་བ་ནི། འདས་མ་ཐག་པའི་
 རྗེས་ཐོག་དེར་ལས་གང་དེའི་རྗེས་ཤུལ་ཅམ་ལུས་ཡོད་པར་བརྗོད་པའི་རྣམ་པ་
 ཅན་ཞིག་ཡིན། འདི་ནི་དུས་འདས་པ་སྟོན་པའི་ལས་ཚིག་དང་། “ཟིན” “སི”
 བཅས་རྒྱུ་གྱི་ཚིག་གྲགས་དང་སྒྱུར་ནས་རྗོད་དགོས་པ་ཞིག་སྟེ། དཔེར་ན།

- གཉིས། འདས་པའི་རུས་བཤད་པ།

- བསྐྱེད་ནས་འཁོར།
- བཅད་ནས་ཆད།
- བརྒྱབས་ནས་འགྲུབ།
- བསང་ནས་ཤི་ལྟ་བུ་རྒྱལས་སོ། །
- ལྟ་མོ་རུས་རྒྱུ་ཆུ་ཆོད་བརྒྱན་པའི་སྟག་ལངས་ལེ་ཡིན་ཟེར།
- སྟག་བརྒྱན་དེ་ངས་བརྟམ་པ་ཡིན། ཡིན་ནའང་ཡག་པོ་མི་འདུག
- མདང་སང་དགོང་འཆོགས་སྟོལ་རུས་ང་ཁྱིམ་ནང་པར་སོང་ཟེན་ཡིན།
- བ་ཉིན་ལྟ་མོ་ན་རུས་ཉིན་རྟག་པར་སྟག་བརྒྱན་བརྟམ་ནས་བཟད་སོང་།
- མདངས་དགོང་སྐལ་བཟང་སླེབས་རུས་ང་ཆོས་དགོང་བས་བས་པ་ཡིན།
- ངས་ཤིང་སྟོང་ཁ་ཤས་བཅད་པས་ནགས་རི་ཆོང་གིས་ཆད་པ་བཅད་བྱུང་།

- > སྒྲོབ་མ་ཆོ་སྒྲོབ་ཆེན་འོང་ཕྱི་ནས། ང་སྒྲོ་ལངས་བྱུང་།
- > ང་ཚུང་དུས་སྒྲོབ་གྲུང་སོང་བྱིན། དེ་ནས་ཆོང་བརྒྱབ་བྱིན།

༢ གཡལུཔལ་གྱི་གྲོ་འཛིག་ལ།

Past continuous (I was doing)

འདི་ནི་འདས་པའི་དུས་རྒྱུད་པའི་སྐབས་སུ་ང་ལྟ་བུའི་ལས་ཆོག་སྒྲིཊ་དགོས་པ་
ཞིག་སྟེ། དཔེར་ན།

- > བ་ཉིན་ང་ཆོང་ང་ལྟ་ས་ལ་སྒྲོང་ཡོད།
- > ང་མདངས་སང་བྱིས་ནང་པར་འགོ་བཞིན་ཡོད་དུས་བཀྲ་ཤིས་ཐུག་བྱུང་།
- > ཁ་སང་ལྟ་མོས་སྒྲོག་བརྒྱན་ལྟ་བཞིན་ཡོད་དུས། ཁ་པར་ཁ་གྲགས་བྱུང་།
- > སྐལ་བཟང་སྟེབས་ཡོད་དུས། ང་ཆོས་དགོང་ཟས་བཟ་བཞིན་ཡོད།
- > བ་ཉིན་ངས་ཤིང་སྒྲོང་གཅིག་གཅོད་བཞིན་ཡོད་དུས་ནགས་རི་སྒྲུང་སྒྲོབ་བྱེད་
མཁན་སྟེབས་བྱུང་།
- > ཁ་སང་ང་སྒྲོ་ལངས་ནས་བསྐད་ཡོད་དུས་མི་ཞིག་གིས་སྒྲོབ་ཁང་སྒོ་རྒྱུང་བྱུང་།

༣ གཡལུཔལ་གྱི་གཡལལ་ལཱ་ཅག་ལ།

Past perfect (I had done)

འདས་པའི་དུས་སུ་བྱུང་བའི་དོན་ཚུན་གང་ཞིག་བྱུང་མ་ཐག་པའི་སྐབས་དེའི་
རྒྱུ་རྐྱལ་གྱི་སྒྲུང་ཚུལ་རྒྱུད་པའི་ནམ་པ་ཅན་ཏེ། ང་ལྟ་བུའི་ལས་ཆོག་དང་འདས་
དུས་སྟོན་པའི་ཚུན་གྱི་ཆོག་གོགས་སྒྲུར་ནས་བརྒྱུད་པ་ཞིག་སྟེ། ཁམས་སྐད་ལྟར་
ན། “ཡོད་དར” “ཟེར་དར” “རྒྱུང་དར” “རྒྱུབ་དར” “དགའ་དར” རུག་དར་ལྟ་བུ་
ལས་ཆོག་དང་ཚུན་གྱི་ཆོག་གོགས་དར་དང་། དུས་འདས་པའི་ལས་ཆོག་དང་
ཚུན་གྱི་ཆོག་གོགས་སི་དང་། ཟིན་ནམས་སྒྲུར་ནས་དོན་སྟོན་པ་ཞིག་སྟེ། “བྱས་
སི” “སོང་སི” “བསྐད་སི” “བྱས་ཟིན་རེད” “བསྐྱབས་ཟིན་ཡིན” མོགས་དང་སྒྲུར་
ནས་གོ་དོན་སྟོན་པ། དཔེར་ན།

- > ༡༩༥༧ ལོའི་སྟོན་ཁར་ང་ལྟ་སར་དང་པོ་སྟེབས་དུས་བར་སྒོར་ལམ་ནང་གད་
སྟེགས་མང་པོ་ཡོད་དར། སལ་ཆེར་བདུན་ཕྲག་གཅིག་ཅམ་གཅོང་སྒྲུ་མ་བྱས་སི།

ཡང་ན། 1997 ལོར་ང་ལྷ་སར་ཐོག་མར་སླེབས་སྐབས་བར་སྐྱོར་ལམ་ནང་གད་སློགས་མང་པོ་འདུག །ཕལ་ཆེར་བདུན་ཕྲག་གཅིག་ཙམ་གཙང་སྐྱ་བྱས་མེད་པ་འདྲ།

- > ངས་མོ་ཏ་དང་པོ་རིག་རྩལ་མཆོར་སྤང་ཤར་བྱང་། ཅི་ཡིན་མ་ཤེས།
- > ང་སློབ་གྲུའི་ནང་དང་པོ་སླེབས་རྩལ་སྤྲོག་ཡོད་མི་དང་། ངས་བ་མ་བས་ལེ་སོང་བྱིན་ཡིན།
- > རི་འགོག་དམག་འབྲུགས་སྐབས་མི་མང་པོ་བསད་བཞག་འགྱ། ངས་སྲུ་རེད་མ་བཟླས།
- > མཆོད་ཁང་ནང་ལ་བྱ་རམ་མང་པོ་མཆོད་པ་བཤམས་ཡོད་དང་། ངས་གཅིག་བརྒྱས་ལེ་བས་བྱིན་ཡིན། (གཅིག་བརྒྱས་ནས་བས་པ་ཡིན།)

༤ གཡུལ་གྱི་གཡུལ་འབྱེད།

Past perfect continuous (I had been doing)

འདས་པའི་རྩལ་སྲུ་བྱང་བའི་དོན་རྒྱུ་གང་ཞིག བྱ་བ་དེའི་མཚུག་རྫོགས་བཞིན་པ་བརྗོད་པའི་རྣམ་པ་ཅན་ཞིག་ཡིན། དེའང་འདས་པའི་བྱ་བ་གཅིག་རྗེས་གཅིག་མཐུད་ནས་བརྗོད་དགོས་ཤིང་། འདས་པའི་ལས་ཆོག་གཉིས་ཀྱིས་དོན་དེ་རྫོགས་པ་ཞིག་སྟེ། དཔེར་ན།

- > ཞོགས་པར་ལངས་ནས་རབ་གསལ་ནས་སྤྱི་ལ་བཟླས་པས། ཆར་པ་དྲངས་ཆར་འདུག།
- > ཁ་སང་ངས་སྐར་མ་ཉི་ཤུ་བརྒྱགས་ཆར་རྩལ། མོ་ཏ་སླེབས་བྱང་།
- > བདུན་ཕྲག་སྟོན་མ་ང་ཆོ་སྤྱི་ལོག་འགོ་རྩལ་ཉི་མ་ཤར་འདུག ཡིན་ནའང་ཆར་པ་བབས་བཟད་སི།
- > ཁ་སང་ཉིན་གུང་ང་བཀ་ཤིས་ཀྱི་ནང་ལ་འགོ་རྩལ་ཁོ་གཉིད་སང་མ་ཐག་རེད་འདུག སྐྱ་ཐམས་ཅད་བྱིང་བྱིང་ཆགས་འདུག

༥ དུག་ཡོད་ཀྱི་ཁྱེད་ཀྱི་འབྱེད། Used to (do)

1, རྩལ་མ་ངས་པའི་འདས་པ།

འདས་དུས་ཀྱི་གནས་ཚུལ་གང་ཞིག དམིགས་བསལ་གྱི་དུས་ངེས་གཏན་མེད་པ་
 སྟོན་ཆད་དང་། གནའ་སྔ་མོ། རྒྱུ་དུས། དུལ་གང་ཞིག་ལ་བསྟན་དུས་
 སོགས་ཀྱི་ཚིག་གོགས་དང་འདས་པའི་ལས་ཚིག་སྤྱར་ནས་བརྗོད་དགོས་པ་ཞིག་
 རྟེ། དཔེར་ན།

- > ཁོས་སྟོན་མ་ཉིན་རེ་དུ་བ་སྐམ་རེ་འཐེན་ལེ་རེད།
- > ངས་སྟོན་མར་རེ་དུ་གས་བསད་ལེ་རེད།
- > ང་སྟོན་མ་དབྱིན་རི་ལ་བསྟན་ཡོད།

2. འདས་དུས་ཀྱི་མ་འོངས་པའི་བྱ་བརྗོད་པ།

འདས་པའི་དུས་སྤྱི་མ་འོངས་པའི་ཆེད་དུ་བྱས་པའི་བྱ་བ་གང་ཞིག་བསྐྱབས་པའི་
 རྣམ་པ་བརྗོད་པའི་དག་སྟོར་ཞིག་རྟེ། འདས་པའི་དུས་དང་མ་འོངས་པའི་ལས་
 ཚིག་གཉིས་སྤྱར་ནས་བརྗོད་དགོས་པ། དཔེར་ན།

ང་རྒྱུ་དུས་དགེ་ཚུལ་བསྐྱབ་སར་འགོ་དུས་ལོ་བཅུ་གསུམ་ཡིན།
 ང་འབྲིང་རིམ་སློབ་འབྲིང་ཡོད་དུས་སུམ་རྟགས་ཡག་པོ་སྤྱང་བསམ་བྱུང་།
 བཟ་ཤིས་སྟག་གསད་སར་འགོ་དུས་གཟིག་གཅིག་མཐོང་འདུག
 གསུམ། མ་འོངས་པའི་དུས་བཤད་པ།

༡ ཡི།འད།ཡི།ཡི། Will / shall

- > སང་ཉིན་ལས་བྱ་བྱི་དགོས།
- > བྱི་དཔེ་ཆ་དེ་ངས་གཟའ་ཉི་མ་ལ་ཕར་སྤྱད་འོང་།
- > ངས་གཟའ་སྟོན་པ་ལ་གོས་བཟ་དགོས།
- > གཟའ་ཚེ་བར་ང་རྒྱུ་རྟེ་ལ་འགོ་ལེ་ཡིན།
- > སང་ཉིན་ངས་རྩམ་པ་འཐག་དགོས།

༢ ཡི།འད།ཡི།ཡི། Present tenses (I am doing / I do)

གཟའ་འཁོར་རྗེས་མའི་བཟ་ཤིས་ཀྱི་འཆར་གཞི།

- > གཟའ་ཚེ་བའི་ཕྱི་དྲི་། བཟ་ཤིས་ཀྱིས་བག་སྟོག་སྤྱི་ཅིང་ཡོད་རེད།

> གཟུང་མིག་དམར་གྱི་ཞོགས་པར། ཚྭ་ཡིག་འབྲི་ཁིང་ཡོད་རེད།

> གཟུང་ལྷག་པའི་དགོང་མོར། སྒྲིག་བརྟན་ལྟ་བཞིན་ཡོད་རེད།

༣ གྲུ་འཕྲིག་ཡོད་ཡོད། Future continues (Will be doing)

མ་འོངས་པའི་རུས་བརྗོད་པ་དང་ལྷན་དུ་བྱེད་བཞིན་པའི་ད་ལྟ་བའི་ལས་ཆོག་
སྒྲིང་དགོས་པ་ཞིག་སྟེ། དཔེར་ན།

> དྲི་བ། ང་སང་ཉིན་ཚུ་ཆོད་བརྟུ་པར་བྱོད་སར་འོང་ན་ཨི་ཆོག་

དྲིས་ལན། མི་ཆོག་དེ་རུས་ངས་རྒྱང་ཅེད་པག་སྒྲིག་ལྟ་བཞིན་ཡོད་ལེ་རེད།

> སང་ནངས་ད་ཆོད་ང་སྒྲོབ་གྱུར་འགོ་བཞིན་ཡོད་ལེ་རེད།

> སང་ཉིན་ད་ཆོད་ང་ཆོས་སྒྲུན་བཟོ་བཞིན་ཡོད་ལེ་རེད།

༤ གྲུ་འཕྲིག་ཡོད་ཡོད། Future perfect (Will have done)

མ་འོངས་པའི་རུས་སུ་བྱ་བ་གང་ཞིག་བྱས་ཟིན་པའི་རྣམ་པ་བརྗོད་པ་ཞིག ། མ་
འོངས་པའི་ལས་ཆོག་དང་རུས་འདས་པ་སྟོན་པའི་ཁྱེན་གྱི་ཆོག་གོགས་ལྷན་དུ་
སྒྱུར་ནས་བརྗོད་དགོས་པ་ཞིག་སྟེ། དཔེར་ན།

> དྲི་བ། སང་ཉིན་ཚུ་ཆོད་བརྟུ་གཅིག་པར་བྱོད་སར་འོང་ན་ཨི་ཆོག་

དྲིས་ལན། ཆོག། དེ་རུས་ངས་རྒྱང་ཅེད་པག་སྒྲིག་བཟོ་ཆར་ལེ་རེད།

> སང་ཉིན་སྤྱི་དྲོ་ཁོང་བྱིམ་དུ་སྒྲིབ་ས་ཆར་ལེ་རེད།

> རྒྱ་བ་བཞི་པའི་ནང་ངས་ཨ་རག་གཅད་ཆར་ལེ་རེད།

ཅེས་པ་དེ་དང་རུས་བརྗོད་རིག་པའི་རྣམ་བཞག་དང་འགལ་བའི་བོད་ཡིག་ལས་ཆོག་རུས་
གསུམ་འཆོལ་ཉོག་དུ་སྒྲིང་པའི་སྤང་ཚུལ་ལ་དམིགས་ནས། བོད་ཀྱི་བརྗོད་སྒྲུབ་པའི་རྒྱལ་
ཁམས་པ་ཐུབ་བརྟན་ཕུན་ཆོགས་དེས། ཟ࿳་ལོ་༢༠༡༩ལོའི་རྒྱ་བ་པའི་ཆོས་ཉིན་ཞོགས་པ། རྒྱ་
ནག་པེ་ཅིང་གོང་གི་མཛུ་མཁུན་མཁོན་ཁང་ནས་སྤྲིངས་སོ། །

ཐོད་མེའི་འཚོ་བ་ལ་ཕན་ན་དགེ་བ་ཆེ་ཤོས་དེ་རེད།

2019.5.7

ཐོད་ཀྱི་མདུན་ལམ་ཆེད་དུ་དོན་ཆེན་རྣམས་སྤར་མེད་དུ་དོར་ནས། དོན་
 ཚུར་ཅག་ཅིག་གི་ཆེད་དུ་སློབ་གསོ་དང་འབོད་སྒྲུལ་བྱེད་མཁན་སྤྱི་ལུ་ཤུལ་ཏུ་ཤས་
 འདི་དག་ནི། ཐོད་ཀྱི་གཏམ་དཔེ་ལ། གནམ་རིབ་ལེ་མི་མཐོང་། ལྷ་ཡོ་ལེ་
 མཐོང་། ཟེར་བ་དེ་རེད། དེར་དུས་ཐོད་ཀྱི་འཚོ་བ་ལ་གནས་སྐབས་ཕན་ཐོགས་
 ཆེ་ཤོས་དེ་དབྱར་རྩ་དགུན་འབྲུ་འདི་རེད་འདུག ། འོན་ཀྱང་སྤྱི་ལུ་ཤུལ་ཏུ་ཤས་ཤིག་
 གིས་དམིགས་ཡུལ་གང་ཡིན་མ་དེས་ཀྱང་། དབྱར་རྩ་དགུན་འབྲུ་བརྒྱ་ཆུ་ལ་
 ཐབས་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱིས་བཀག་འགོག་བྱེད་ཅིང་འདུག ། མི་རིགས་གཞན་པའི་མདུན་
 བ་དབྱར་རྩ་དགུན་འབྲུ་ལ་སྤྲོད་ཀྱིས་མེད་ཚུལ་བཤད། ཐོད་རིགས་མི་དམངས་
 ཁྱོད་དུ་དབྱར་རྩ་དགུན་འབྲུ་བརྒྱ་ཆུ་ལ་ཁོར་ཡུག་ལ་གནོད་སྐྱོན་ཆེ་ཚུལ་བཤད།
 མདོར་ན། དབྱར་རྩ་དགུན་འབྲུ་བརྒྱ་ཆུ་ནི་ཁོང་རྣམས་ཀྱི་མིག་ནང་གི་ཆོར་མར་
 གྱུར་པའི་རྒྱ་མཚན་གང་། ཐོད་ཀྱི་སྤྱི་ཚོགས་རིག་གནས་ལྟར་ན། བན་བོན་
 གཞིས་ཀའི་ཆོས་ལུགས་ཀྱི་ཡིག་ཆ་དང་དུ། ས་གཉན་བརྒྱ་བ་དང་། རྩ་
 གཉན་སློག་པ། ཤིང་གཉན་བཅད་པ། རྩ་གཉན་བསྐྱར་བ་ལ་སོགས་ཁོར་ཡུག་
 ལ་གནོད་སྐྱོན་ཆེ་བའི་ལས་རིགས་ལ་བཀག་འགོག་གནང་ཡོད་ཀྱང་། དབྱར་རྩ་
 དགུན་འབྲུ་བརྒྱ་ཆུ་ལ་ཁོར་ཡུག་ལ་གནོད་ཟེར་བའི་ཡིག་ཆ་གཅིག་ཀྱང་ད་བར་
 མཐོང་མ་མྱོང་། དེར་རབས་ཀྱི་འཚོ་བ་དངོས་དང་། ཆོན་རིག་གི་དབང་དུ་
 བྱས་ན། དབྱར་རྩ་དགུན་འབྲུ་བརྒྱ་ཆུ་ལ་ཁོར་ཡུག་ལ་ཤུགས་ལྡན་པ་
 བན་པ། སྤྱི་ལུ་ཤུལ་ཏུ་ཤས་པ། ཁོར་ཡུག་སྤྱི་ལུ་ཤུལ་ཏུ་ཤས་པ་ལ་
 ཕན་ཐོགས་ཡོད་པ་ཞིག་ཡིན་པ་དངོས་ཡོད་གནས་ཚུལ་རེད། དེར་དུས་འཛམ་
 སྤྱི་ཐོག་ཁོར་ཡུག་སྤྱི་ལུ་ཤུལ་ཏུ་ཤས་པ་དེ་གལ་ཆེན་པོ་ཞིག་ལ་བརྩི་བའི་དུས་ཡིན་
 ལྟ་བུ། ང་ཚོ་ཐོད་ཀྱི་སྤྱི་ཚོགས་འགའ་ཞིག་གིས་དེ་དང་འདྲ་བ་ཁོ་ཆོས་ཀྱང་
 དམིགས་བསལ་འཛམ་སྤྱི་ཐོག་མི་ཆེན་དག་གི་ལད་སྐྱོས་ཆེད་དུ་ཐོད་ས་ཁུག་ནང་དུ་

ཁོར་ཡུག་སྤང་སྐྱོབ་བཤད་ནས། དབྱར་ཚུ་དགུན་འབྱ་བའི་དུས་རིམ་གྱི་ལ་གད་
 རྟེན་དབྱུག་ནས་ཁོར་ཡུག་ལ་གཞི་དུ་སྐྱོན་ཆེན་པོ་བྱེད་ཚུལ་གསུངས་
 འདུག །དེར་སང་འཇམ་སྤིང་སྤྱིའི་ལྷ་ཚུལ་གྱི་ཁོར་ཡུག་འབག་བཅོག་ཟེར་བ་དེ།
 འདི་ལྷ་བྱའི་སྤྱི་ལེ་འབྱམ་སྤྱུག་མང་པོའི་མངའ་ཁོངས་སུ་དབྱར་ཀ་ཟླ་བ་གཅིག་
 རྟེན་ཅམ་གྱི་རིང་ལ། བོད་མི་སྤྱང་ཆོ་ཁ་ཤས་ཤིག་གིས་དབྱུག་པའི་ཟས་རྟེན་གས་
 དང་། གད་རྟེན་གས་དེ་འདྲ་ཅག་ཅིག་ལ་ངོས་འཛིན་ཞིང་ཡོད་མ་རེད། དེར་
 དུས་ཁོར་ཡུག་འབག་བཅོག་བྱེད་ཟེར་བ་དེ་རི་སྤང་པལ་ཆེར་གད་རྟེན་གས་
 དང་། སྤང་བྱིར་ནང་དུ་རྩལ་རྟེན་གས་ཀྱིས་བཀང་བ་དེ་དག་ལ་ཟེར། དེས་ན་སྤང་
 མ་རྩམས་པས་ཁོར་ཡུག་སྤང་སྐྱོབ་གནང་འདོད་ཡོད་ན། ཁོར་ཡུག་སྤང་སྐྱོབ་
 ཅེས་པའི་མིང་ཅམ་ཐོས་པས་ཁོར་ཡུག་སྤང་སྐྱོབ་ཀྱི་དོན་གོ་མི་རུས། རབ་ན་
 འཇམ་སྤིང་ཤར་རུབ་གང་ཅུང་གི་སྐྱོབ་བྱ་ཆེན་པོའི་ནང་དུ་ཁོར་ཡུག་སྤང་སྐྱོབ་ཀྱི་
 སྐོར་ལ་སྐྱོབ་སྐྱོང་གནང་པའི་ཆེད་སྐྱོང་ཐེབས་ཤིང་སྐྱོབ་ཐོན་རྩིས་སུ་ཁོར་ཡུག་
 སྤང་སྐྱོབ་ཀྱི་སྤྱུག་ལས་གནང་ན། ད་གཞི་དུ་མིང་དོན་མཚུངས་པའི་ཁོར་ཡུག་སྤང་
 སྐྱོབ་པ་ཞིག་ཆགས་སྤིང་། དེ་ལྟར་མ་ཡིན་པ་གང་བྱུང་གིས་སྐྱོབ་གསོ་གནང་ན།
 སྤང་གསེབ་ཀྱི་མི་དམངས་ཀྱི་འཆོ་བ་དང་དཔལ་འབྱོར་ལ་གཞི་དུ་པ་གང་
 འཆམས་བྱེད་དེས་ཏེ། དཔེར་ན། བ་ལོར་འཕྲིན་སྤྲན་ནང་གི་བརྟན་བྱུང་ཞིག་
 ཏུ་འགྲོག་པ་སྤྱན་པོ་ཞིག་གིས་དབྱར་ཚུ་དགུན་འབྱ་ཆག་གང་ཅམ་ཞིག་རྩོ་ཡིས་
 བརྟུང་ཞིང་། མི་རྩམས་ལ་ཁོང་ཁྱོད་བསྐྱེད་བྱེད། འཐབ་འཁྲུག་འབྱུང་ཙ། ཁོར་
 ཡུག་གཞི་དུ་སྐྱོན་བྱེད་སྐྱེན་སྤྱུགས་ཟེར་ནས་དབྱར་ཚུ་དགུན་འབྱ་ལ་བཀའ་བཀྲོན་
 གནང་བཞིན་རྩོ་ཡིས་སྤྱེ་མར་གདུབས་ནས་གཏོར་ཞིང་འདུག །ཆོངས་ལས་དེས་
 བན་པ་སྤྱར་མ་གང་ཡང་མེད་པའི་སྐོར་སྐོང་སྤྱུག་ཁ་ཤས་འཕྲོ་བརྟན་གཏོར་སོང་།
 དེ་ནི་སྤང་སྐྱོན་ཞིག་གིས་བསྐྱབ་བྱ་ལ་བརྟེན་ནས་བྱུང་བ་ཡིན་པ་སྤོས་མ་དགོས་པ་
 རེད། མིག་སྤང་དབྱར་ཚུ་དགུན་འབྱ་བའི་དུས་ལ་སྤྱིབས་སྤྱབས། མི་ཆང་མས་
 གནའ་སྤོལ་ལྟར་དབྱར་ཚུ་དགུན་འབྱ་བའི་སྤྱི་ལེ་འབྱམ་བཅོན་ཆེན་པོ་གནང་
 རོགས། དེ་ནི་ཞིང་འགྲོག་མི་མང་རྩམས་ཀྱི་ལོ་གཅིག་གི་འཆོ་རྟེན་ཡིན་སྤྱབས་

རྒྱུ་ཐག་གིས་འབད་བཅོམ་གནང་འོས། དེས་ནི་ཁོར་ཡུག་ལ་གནོད་པ་ཡོད་པའི་
 རྫོང་གནའ་བོའི་སྤྱི་ཚོགས་ཆེན་དམ་པ་སྤྱི་ཁྱུང་མ་གསུངས་ལ། དེང་རུས་ཆོན་རིག་
 མཁས་པས་ཀྱང་མ་བཤད་པའི་བྱ་ལས་ཤིག་རེད། །ཚང་མས་གཟབ་དགོས་པ་
 ཞིག་ནི། རང་ལ་དབང་བའི་ས་ལག་མཐིལ་ཙམ་ནི་རང་ཉིད་ལ་མེད། འབྲུ་རྟོག་
 ཁ་ཤས་ཀྱི་ཆེད་དུ་འཐབ་འཛིང་དང་གསོད་རེས་བྱེད་པ་ནི་བྱི་ཕག་ལས་ཀྱང་སྤྱོད་
 པའི་བྱ་བ་ཞིག་རེད། མཐར་གཏུགས་ནས་བཤད་ན་ང་ཚོས་འབད་བཅོམ་གང་
 བྱས་ཐམས་ཅད་རང་གི་ཆོ་སྲོག་གི་རིན་ཐང་སྤྱང་སྦྱོབ་ཆེད་དུ་ཡིན་པ་ནི་བཤད་
 མ་དགོས་པ་རེད། དེས་ན་རུས་ཐུང་དུ་སྒྲ་ཤས་ཙམ་དང་། གྲོང་སྡེ་རྒྱུང་དུ་མི་
 ཁ་ཤས་ཀྱི་གནས་སྐབས་ཁེ་ཕན་ཆེད་དུ། རིན་ཐང་གཞལ་དུ་མེད་པའི་རང་གི་ཆོ་
 སྲོག་སྤྱོད་གཏོང་བ་ནི་སྤྱོད་པ་བྱི་ཕག་གིས་ཀྱང་མི་བྱེད་པའི་བྱ་བ་ཐ་ཆད་ཞིག་
 ཡིན་པར་ངོས་འཛིན་བྱ་འོས།

སྤྱི་ཚོགས་རུས་རྒྱུན་ཁ་ལ་བྱེད་པ་དེ་ཐམས་ཅད་མི་རྟག་པ་རེད་ཟེར་བ་དེ་
 རེད། དེས་ན་ད་ལོ་གྲོང་སྡེ་འདིའི་ཁེ་ཕན་ཆེད་དུ་གྲོང་སྡེ་ཕར་སྤྱོད་དང་འབྲུག་
 རྒྱུ་བྱེད། ལོ་རྒྱུས་མར་གྲོང་སྡེ་ཕར་སྤྱོད་ནང་དུ་མག་པའམ་ཡང་ན་མནའ་མ་
 སྤྱོད་པ་ཡིན་ན། ཡང་གྲོང་སྡེ་ཕར་སྤྱོད་ཀྱི་ཁེ་ཕན་ཆེད་དུ་སེམས་འབྲལ་བྱེད་
 དགོས་པ་ཡོང་བའང་སྲིད། མཐར་གཏུགས་ནས་བཤད་ན། ས་ཐམས་ཅད་
 རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་བདག་དབང་ཡིན་པ་ཤེས་པར་གྱིས། དེས་ན་ས་ཚོད་ཚུ་ཚོད་ཀྱི་ཆེད་
 དུ་འཐབ་འཛིང་བྱེད་མཁན་ནི་རང་མདོ་མེད་པའི་བྱ་སྤྱོད་ཐ་ཆད་ཅིག་ཡིན་
 རྟེན་པས་ཚང་མས་ཡིད་གཟབ་གནང་བ་ཞུ།

ཅས་པ་དེང་རུས་དབྱར་རྩ་དགུན་འབྲུ་བརྟོ་མཁན་གྱི་ཞིང་འབྲོག་མི་དམངས་རྒྱལ་ཁབ་
 མཚན་གང་ཡང་མེད་པའི་ལྷ་མོ་ཆེན་མོ་ཞིག་གཡོག་པའི་གཏམ་འཆལ་འགའ་ཞིག་ཐོས་པས་
 རྒྱུན་བྱས། ཐོད་མའི་འཚོ་བའི་མཐུན་རྒྱུན་གྱི་ཡ་གྲུལ་དུ་གྱུར་པའི་དབྱར་རྩ་དགུན་འབྲུ་བརྟོ་
 པས་ཁོར་ཡུག་ལ་གནོད་པ་མེད་པའི་རྒྱ་མཚན་གནད་བསྐྱེས་འདི་ནི་རྒྱལ་ཁབ་པ་སྤྱོད་བསྐྱེན་
 སྤྱོད་ཚོགས་དེས་སྤྱི་ལོ་༢༠༡༧ལོའི་ཟླ་བ་༥པའི་ཚེས་༢༩ཉིན། རྒྱ་ནག་གི་ཅིང་གྲོང་གི་མཛའ་མཐུན་
 མགྲོན་ཁང་ནས་སྤྱིངས་སོ། །

2019.5.29

རིག་པའི་རང་ཚལ་ནི་བའི་དབྱིངས་སུ་གཞིལ།
 གདུལ་བའི་སྒྲུང་རྩེད་པའི་ཚུལ་འཆར་བ།
 རྟེན་མའི་འགྲོ་ལ་བརྟེན་བའི་སྤྱད་སྤྱོད་ཅན།
 བཤེས་གཞིན་དམ་པ་སྟོང་བཟང་དོན་འབྱུང་རྩེ།

རྟེན་མའི་རྩ་ཁྱེད་པོའི་མཁར་གཙོང་ལ།
 བདེན་ཆེག་འཕྲུལ་གྱི་མདའ་མོའི་ཚྭ་དབལ་གྱིས།
 མི་བསྐྱེད་སྐྱེད་པོའི་མགྱིན་ཐག་གཙོང་མཁས་པ།
 སང་ཁྱོད་འཕགས་པ་སྟེ་རྣམ་འཕྲུལ་རྟོགས།

ལྷ་ལྷན་དབུས་ནས་གསུང་རབ་མཐའ་དག་གསན། །
མདོ་ཁམས་ལུལ་རྩ་རྒྱལ་བའི་བསྟན་པ་སྤེལ། །
བསྟན་པའི་མེ་རི་རྩྭ་གས་ཆེན་གྱིང་ནས་སྤར། །
འཕགས་པ་ཐོགས་མེད་མཛད་སྤོང་བྱིད་བྱིས་འཕྲོག།

སྤྱི་ཚུལ་དུ་མདོ་ཁམས་སྤྱིངས་སུ་བྱོན། །
 དམ་པའི་མཛད་པས་རབ་བྱུང་སྤེ་དུ་ཞུགས། །
 གཞུང་ཆེན་རྒྱལ་ལ་གཟུང་བའི་སྤྱོདས་པ་མངའ། །
 མཁས་མཆོག་དབྱིག་གཉེན་ཞལ་ཡང་སྤྱིངས་པར་བྱེད། །

ཚུལ་གསུམ་དག་གི་ཐལ་བྱེད་བྱེདས་གཅིག་གིས། །
 མཁས་གྲུབ་སྤྱིང་གི་སྤྱོདས་པ་བྱིལ་གཞོན་ཞིང་། །
 སྤྱི་ཚུལ་དུ་སྤྱིང་བའི་སྤྱིང་སྤྱིང་འགམས་པ་ལ། །
 རྒྱགས་ཀྱི་སྤྱིང་པོ་མདོན་སུམ་ཐེགས་པ་བཞིན། །

སྤྱིགས་དུས་བསྟན་པའི་ཉི་མ་མཁའ་ལ་ཤར། །
 བདག་སོགས་གདུལ་བྱའི་པད་ཆེལ་གསར་དུ་རྒྱས། །
 རིགས་ལམ་སྤྱིང་ཆེ་དུངས་མའི་ཆར་རྒྱན་འབེབས། །
 ཆོས་ཀྱི་གྲགས་པའི་དཔལ་དང་གཉིས་སུ་མེད། །

གསར་སྤྱིང་ལྷགས་དན་གང་གིས་མ་གོས་ཤིང་། །
 བཅོམ་སྤྱན་སྤྱིང་པའི་བརྒྱལ་ཞུགས་འཛིན་མཁས་པ། །
 འདམ་གྱི་ཁྲིད་དུ་རྒྱ་སྤྱིང་བཞད་པ་བཞིན། །
 ཡོན་ཏན་འོད་ཀྱང་བྱེད་གྱི་རྗེས་སུ་སྤྱིགས། །

རྒྱལ་དག་ཚུལ་བྱིམས་གཙང་མའི་དང་ཚུལ་གྱིས། །
 གདུལ་བྱའི་དད་གསུམ་པར་འབྱེད་རྒྱས་པའི། །
 སྤྱིགས་དུས་སྤྱན་པའི་ཁྲིད་ན་ལྷ་འོད་ལྟར། །
 ཁྲིད་ནི་ཤྱུ་འོད་ཀྱི་འགྲན་ལྷ་ཉིད། །
 འཕགས་ལུལ་མཛེས་པའི་རྒྱན་དུག་མཆོག་གཉིས་ཀྱི། །

ཡོན་ཏན་མ་ལུས་གཅིག་ཏུ་བསྐྱུས་འདྲའི་དཔལ། །
 ཅུར་སྒྲིག་འཛིན་པའི་གཙུག་རྒྱན་རྟོག་གེ་པ། །
 བཤེས་གཉེན་དམ་པ་སློ་བཟང་དོན་འགྲུབ་གྲགས། །

རྒྱན་དུག་མཆོག་གཉིས་སློབ་དཔོན་དེ་དག་ལ། །
 རྟེན་ས་དུས་འདི་འདྲ་འབྱོན་ཞིང་གདུལ་བྱ་རྣམས། །
 རྗེས་སུ་འཛིན་པའི་སྤྲིང་སྟོབས་ཡོད་སྲིད་ན། །
 དེ་ཆེ་དམ་པ་ཁྱོད་དང་རྗེས་སུ་མཐུན། །

མདོ་དབྱུས་མཐོ་སྐང་མཆོན་བྱེད་ཚུ་སྒྲིས་དཔལ། །
 རྒྱན་དུག་མཆོག་གཉིས་མཆོན་བྱེད་ཆོམ་སུ་བརྒྱད། །
 བསྐྱེད་གསུམ་རྣམ་དག་མཆོན་བྱེད་ཅུར་སྒྲིག་མདོག།
 དམ་ཆོག་འགྱུར་མེད་མཆོན་པའི་དག་གིས་སུལ། །

རིགས་ལམ་སྤྲོ་བའི་སློབ་བྱའི་གུལ་མཐའ་ནས། །
 རྟེན་ནས་མོས་པའི་སྤྲོ་ཆོག་ཅེ་ལྷའི་གུངས། །
 བཀའ་དྲིན་ཅན་གྱི་བཤེས་གཉེན་རྗེས་དྲན་ཆེད། །
 རྟོན་དག་སྤྲོ་བའི་རྒྱལ་ཁམས་པ་དེས་སྤྲིངས། །

ཞེས་པ་བདག་ཅག་རིགས་ལམ་སྤྲོ་བའི་སློབ་ཆོགས་རྣམས་ལ་བཀའ་དྲིན་ཅན་གྱི་དགེ་བའི་
 བཤེས་གཉེན་དགེ་བཤེས་སློ་བཟང་དོན་འགྲུབ་མཆོག་སྤྲོ་ཞི་དབྱིངས་སུ་གཟིམས་ནས་ལོ་འཁོར་
 བརྒྱད་འཁོར་བའི་རྗེས་དྲན་ཆེད་དུ། ཤར་མི་ཉག་ཡུལ་གྱི་པ་རྟེན་ཏེ་མོ་འགར་འོད་ཟེར་གྱིས་
 བཀའ་མངགས་ལྟར། བོད་ཀྱི་རྟོན་དག་སྤྲོ་བའི་རྒྱལ་ཁམས་པ་ཐུབ་བསྐྱེད་སྤྲོ་ཆོགས་དེས།
 ཉུ་ལོ་༢༠༡༩ལོའི་ལྷ་ལྷ་པའི་ཆོས་པ་ཉིན་རྒྱ་ནག་ཁྲིན་ཏུ་གོང་གི་སྟོན་ལུ་མི་རིགས་སློབ་གྲྭ་ཆེན་
 མོའི་རང་ཤག་ནས་སུལ། །

ས་ག་ལྷ་བའི་སྒྲོག་བསྐྱེད་སྒྲོལ་སྒྲོལ་བ།

2019.6.3

གཤེན་རབ་མི་བོད་ཐུགས་སྒྲུབ་འབྱུངས་ཤིང་། །
ཤུག་སྐྱེད་པས་ཞལ་ནས་མ་གསུང་པའི། །
ས་ག་ལྷ་བའི་སྒྲོག་བསྐྱེད་གཏོང་དོ་ཞེས། །
ཤན་པའི་ཚོང་ར་རྒྱས་པའི་དུས་ཆེན་ཡིན། །

རིགས་དུག་སེམས་ཅན་རང་རང་ལས་སྤང་གི། །
སྒྲིབ་སྒྲོལ་དཔོས་པ་རྒྱལ་བའི་བཀའ་ལས་གསུངས། །
འཕྲོ་བའི་ཐུག་བསྐྱེད་ཉེ་ཚོང་བྱེད་འོས་ན། །
སྒྲོན་པ་ཐུགས་རྗེ་ཅན་གྱིས་མི་མཁྱེན་ནམ། །

སྒྲོག་གཙག་བྱེད་པ་མི་དགའི་ལས་ཡིན་ཡང་། །
སྒྲོག་བསྐྱེད་པར་སྒྲིན་མདོ་རྒྱད་གང་དུ་གསུངས། །
གྲངས་མེད་གསུམ་དུ་རྒྱལ་བས་ཚོགས་གསོགས་དུས། །
སྒྲོག་བསྐྱེད་མཛད་པའི་ནམ་ཐར་གང་དུ་གསལ། །

མཁན་སྒྲོབ་ཚོས་གསུམ་མར་མི་དུགས་གསུམ་དང་། །
རྩོ་བོ་ཡབ་སྐུས་པོར་མ་ནམ་ལྟ་སོགས། །
རྩོ་ནང་ཚོས་རྗེ་དགེ་ལྡན་ཡབ་སྐུས་ནམས། །
དམར་ཟས་སྤངས་བའི་ནམ་ཐར་གང་ན་འདུག། །

ས་ག་ལྷ་བ་ཉ་པའི་དུས་ཆེན་དང་། །
སྒྲུབ་བས་ལྷ་བ་ཁ་ཆེད་ཚོང་སྒྲུག་ཉིས། །

གངས་ཅན་བོད་ཀྱི་ཆུ་གཤམ་ཟླ་བ་སྟེ།
དེང་རུས་ཆུ་སླ་ནམས་ཀྱི་མཛད་སྤྱོད་ཡིན།

ཆོས་གོས་གྱོན་ཞིང་འབངས་ལ་ཆོས་བྲིམས་སྟེ།
སྟོས་བུལ་སྟོམ་ཞིང་སྟོས་པ་རེ་ཆེར་འཕེལ།
བསྐབ་པའི་འདུལ་བྲིམས་མཛེས་མའི་འདོམ་རུ་ཤོར།
དེང་རུས་མཁན་སྟུལ་ནམས་ཀྱི་ནམ་ཐར་ཡིན།

བྱམས་དང་སྟིང་རྩེ་ཀ་དག་དབྱིངས་སུ་ཡལ།
ཁ་ཡག་རོ་དགའི་གཏམ་གྱི་དཔོན་རོ་སྤྱང་།
ཉམ་ཆུང་འབངས་ལ་ཆོས་ཀྱི་ཉ་ཆོང་བྱེད།
ཐུབ་པའི་རིང་ལུགས་དོར་བའི་སླ་སྟུལ་ཡིན།

བསྐལ་པ་ཆགས་པའི་བོད་ཀྱི་འཆོ་ལུགས་བཀའ།
འབྲོག་ལས་རུབ་པས་འབྲོག་ཕྱི་གོང་རུ་སྟོས།
གཞོན་རུ་པལ་ཆེར་མི་དགའི་ལམ་རུ་སྟོགས།
ཆ་ཆས་ནམས་ནི་ཀ་ཁ་སྤྱོད་ལ་བྲེལ།

ཆུ་སླ་རེ་ལ་སྟོག་བསྐྱེད་ཆོགས་པ་རེ།
ཆོགས་པ་རེ་ལ་འདུལ་དདུལ་བསྐྱེད་མཁན་རེ།
སྟོག་བསྐྱེད་མཁན་བོད་ཀྱི་ཉམ་ཆུང་ཆོས།
སྟོར་མོ་གང་སུལ་མ་ཅང་ཅེད་ཆས་རེད།

ས་ག་ཟླ་བར་ཆུ་སླས་ཆོས་འཁོར་བསྐྱེད།
སྟོབ་མའི་གཙོ་བོ་ཉ་པ་ཁ་ཆེ་གཉིས།

པོད་ཀྱི་སྒྲོར་མོ་ཉ་དང་ལྷག་ལ་བརྟེ།
 ཚེས་ཀྱི་སྒྲིང་པོ་འདི་ཀྱི་གཉིས་མེད་རེད།

ཉ་ལྷག་ཉོ་མཁན་མཐོ་རིས་སྒྲིས་བྱུར་ན།
 བདེ་བ་ཅན་ལ་རྒྱ་དང་ཁ་ཆེས་གང་།
 སྒྲི་བས་ཐོས་ཚད་ནང་པ་ཡིན་བྱུར་ན།
 ར་ལྷག་ཐམས་ཅད་ནང་པའི་ཚེས་པར་ངེས།

གཞན་རིགས་སྒྲོབ་མའི་སྒྲུབ་ན་དམར་བས་སྤངས།
 རུས་ལྷའི་སྒྲོད་པ་ཐམས་ཅད་ཚེས་སུ་བརྟེ།
 དད་ལྷན་པོད་རིགས་རྣམས་ལ་འདིགས་སྒྲུལ་སྒྲེལ།
 དེང་རུས་སྒྲ་ལོག་པལ་གྱི་རྣམ་ཐར་ཡིན།

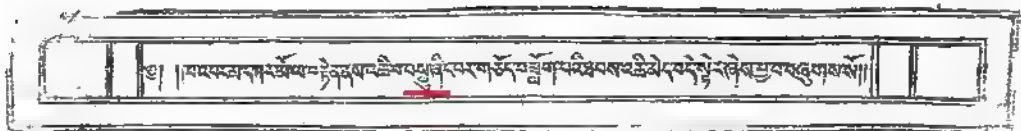
ལྷག་བསམ་ཡོད་ན་རང་རྒྱུད་གཅིས་པར་སྒྲོངས།
 དགེ་བ་འདོད་ན་གཞོན་ཅུ་སྒྲོབ་གསོ་སྒྲུལ།
 སྒྲོར་མོ་ཡོད་ན་པོད་ལྷལ་འཕྲུགས་སྒྲུབ་བྱིས།
 སྒྲིང་པོ་ཡོད་ན་གང་དགོས་བརྟག་པར་འཚལ།

ཞེས་པ་སྒྲི་ལོ་༡༡༡འཕྲི་ས་ག་ལྷ་བ་ཚེས་ཁ་མའི་གནས་གང་ཉིན་མོ་ཏུ་སྒྲིན་ཐོག་ཏུ་དཀར་
 ཟས་དང་། དམར་བས། སྒྲོག་བསྒྲུ་དང་དགེ་སྒྲུལ་ལོས་མིན་སྒྲོར་གྱི་ཚོད་པ་མང་པོ་སྒྲེལ་
 བ་མཚོར་བའི་མོད་ལ། བདེན་དོན་བཅའ་བའི་རྒྱལ་ཁམས་པ་སྤྱོད་བསྒྲུབ་ཚུགས་དེས་
 རང་གི་གང་འདོད་ཐོལ་བྱུང་ཏུ་བྱིས་ཉ་ལྷོ་རྒྱལ་མི་རིགས་སྒྲོབ་གྲུ་ཆེན་མའི་རང་ཤག་ནས་
 སྒྲིངས་སོ།

༥ གསལ་བཤད། དེང་རུས་སྒྲ་སྒྲུལ་རྣམས་ཀྱིས་སྒྲོག་རྒྱུན་རྒྱིང་པའི་དཔེ་ཆ་
 མང་པོ་གཟིགས་སྒྲོག་རྒྱིང་མེད་སྤྱབས། སྒྲོག་བསྒྲུ། ཞེས་པའི་མིང་ཡང་དག་འབྲི་

མ་ཤེས་པས་སློག་ཟུ། ཞེས་འབྲི་བཞིན་ཡོད་འདུག །བསྟུ། འཆི་བདག་གི་ཁ་ནས་
མི་དང་རྩེད་འགྲོའི་སློག་བསྟུ་བའི་དོན་ཏེ། དཔེར་ན། གཏོར་ཆོག་དག་ལས། འཆི་
བསྟུ། ཟླ་བསྟུ་དང་། འབྲུང་ཅིས་གྱི་རིམ་གྱི་ནང་རྩེད་ཡང་ནད་པའི་རིམ་གྱི་ཆེད་རྩེད་
སློག་བསྟུ་ཞེས་བྲིས་ཡོད་པ་ཡོངས་གྲགས་རེད།

༥ ཟུ། ཉོ་བའི་ཞེས་ལས་དམིགས་བསལ་རྩེད་སངས་རྒྱས་གྱི་སྐུ་འདྲ་དང་། ཐང་
ཁ། བཀའ་བསྟན་སློགས་གསུང་རབས་གྱི་དཔེ་ཆ་ཉོ་སྐྱོལ་བྱེད་པ་ལ་འཇུག །སློག་
བསྟུའི་ཆོང་ཁང་འཇུགས་མཁན་རྣམ་པ། ཐོག་མར་སློག་བསྟུ་ཞེས་པའི་མིང་དེ་
དག་པོ་ཞིག་འབྲི་དགོས་པ་གལ་ཆེ། །གཤམ་ལ་འཆི་བསྟུའི་དཔེ་རྟེན་སྤྱར་མ་
དང་། བྲིས་མ་གཉིས་དབྱེད་གཞིའི་ཆེད་རྩེད་བཏང་ཡོད་པས་དབྱེས་གཞིགས་ཟུ། །



ཁྱིལ་2019 ལོའི་སྤང་ཚུལ་གྱི་འབེལ་གཏམ།

སྤྱི་དགའི་ཐོད་ཀྱི་གསེ་རིག་ལ་ཕྱིར་མིག་བརྟན་པའི་སྤྱིར་ཚོར།

2019.6.8

གདོང་དམར་ཐོད་བརྒྱད་མདོ་ཁམས་སྤྱིངས་སུ་མཆེད། །
གསེ་རིག་བརྟན་པ་གྲིད་ཀྱིས་བླ་ན་བཏེགས། །
མངའ་འོག་འབངས་ལ་ཆོ་ཡི་བཅུད་ལེན་བསྟུལ། །
སྤྱན་པའི་ཆོས་རྒྱལ་བརྟན་པ་ཆོ་རིང་མཆོག །

ཞང་ཐོད་མཁས་པ་སྤྱོད་གི་ཞལ་རྒྱན་བརྟུས། །
མན་ངག་སྤྱག་ལེན་ཐམས་ཅད་གཅིག་ཏུ་བསྐྱིལ། །
བྱུར་ལྷགས་བརྟན་པའི་སྤྱིར་པོ་སྤྱིངས་འདྲིར་སྤྱེལ། །
གསེ་རིག་བརྟན་པའི་སྤར་བྱེད་ཆོས་འབྱུང་རྩེ། །

འཕྲོ་ཀྱན་ནད་ཀྱི་བྱག་རྩལ་བཅོམ་པའི་གཉེན། །
མན་ངག་སྤྱག་ལེན་འབྱུང་གི་ཡིག་ཆར་རྣམས། །
གཅིག་ལས་དུ་མ་འཕྲོ་བའི་འཕྲུལ་གྱི་སྤར། །
གསེ་རིག་གདམས་ངག་གཏེར་མཛོད་སྤྱི་དགའི་ཡུལ། །

བཞི་བརྒྱ་ཅུ་བཞིའི་ནད་ཀྱི་གཉེན་པོ་ལ། །
རོ་རུས་སྤྱོད་ཐབས་སྤྱན་སྤྱོད་བདུད་ཅིའི་གཏེར། །
གངས་རིའི་སྤྱིངས་འདྲིར་བྲིན་པའི་སྤྱག་ལེན་གཞུང་། །
མན་ངག་ཨི་མྱོ་འབྱུང་གནས་སྤྱི་དགའི་ཡུལ། །

ཆོས་འབྱུང་ཡབ་སྤྱས་མཁུན་གོང་ལ་སོགས་པས། །

མཁས་མཆོག་སྟོང་ལས་བརྒྱད་པའི་མེས་པོའི་ནོར། །
རིན་ཆེན་དབུལ་ཚུ་སྟོར་བའི་ཕྱག་ལེན་ནམས། །
མི་རྒྱུ་བྱལ་མཆོན་བསྐྱེདས་པ་སྡེ་དགའི་ཡུལ། །

སྟོངས་འདིར་མཁས་གྲུབ་སྟོང་གིས་རྟོགས་དཀའ་བའི། །
ཟབ་མོའི་རྒྱད་ལས་བྱུང་པའི་དཀའ་གནད་ནམས། །
བདེ་སྒྲག་རྟོག་པའི་རག་གིས་འགྲེལ་མཁས་པ། །
སྒྲིང་སྒྲན་བཀྲ་འབྲུམ་གསུངས་ནམས་སྡེ་དགའི་བརྒྱན། །

གནམ་ས་སྒྲ་འོག་བསྐྱར་བའི་དུས་འགྱུར་ནང་། །
དམ་པའི་ཐུགས་བསྐྱེད་སྒྲོན་ལམ་མཐུ་བཅན་པས། །
མདོ་ཁམས་ཀྱན་ལ་དཀོན་པའི་སྟོལ་རྒྱན་གྱི། །
གསེ་རིག་སྒྲན་ཁང་སྡེ་དགའི་སྤར་ཁང་བརྒྱན། །

བསེལ་དྲོད་སྒྲན་རྩལ་རང་བྱུང་མཛོད་དུ་གྱུབ། །
ཕྱགས་ཁམས་རྩལ་བརྒྱད་ས་གཞིའི་བཅུད་དུ་འཛིན། །
ཅི་སྒྲན་སྤྲོ་ཆོགས་རོང་འབྲོག་ཡུལ་ཀྱན་བྱུབ། །
བདུད་ཅི་སྒྲན་གྱི་གཏེར་མཛོད་སྡེ་དགའི་ཡུལ། །

བཅོས་བསྐྱར་སྟོ་འབྱེད་དབྱར་ར་མཁའ་ལ་སྒྲིར། །
ཤེས་རིག་ཉམས་གསོའི་སྤང་ཆར་ས་གཞིར་འབེབ། །
དབུལ་ཚུ་བཅོ་བཀྲའི་ཕྱག་ལེན་སྤར་གསོའི་གཞི། །
མདོ་ཁམས་ཡུལ་ན་ཐོག་མར་སྡེ་དགའ་དར། །

ས་གཞི་རིལ་པོ་འགྲན་ཁྲིའི་ཚོད་རར་བྱུར། །

འགན་ལྷའི་ཁོད་ན་རང་ཡུལ་ཡར་རྒྱས་ཆེད། །
 མཁས་མཛངས་དཔོན་པོའི་སློ་རིག་སློག་ལྟར་སྤྱར། །
 ཟུར་ལྷགས་གསོ་རིག་བདག་དབང་སྡེ་དགེར་སྟོབ། །

ལུས་ཁམས་བདེ་ཐང་སྟེར་བའི་སྤྱན་ཁང་དང་། །
 གསོ་རིག་རྒྱན་འཛིན་བསྐྱང་བའི་སློབ་སྡེ་སྟགས། །
 དེང་རབས་འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ལ་གང་དགོས་པའི། །
 གསོ་རིག་བསྟན་པ་སྡེ་དགའི་ཡུལ་ན་དར། །

ཞེས་པ་སྡེ་དགའི་པོད་སྤྱན་ཁང་གི་ཡོན་ཁང་བྱང་དགའ་ལགས་ཀྱིས་བཀའ་མངགས་ལྟར་སྡེ་
 དགའི་པོད་སྤྱན་ལོ་རྒྱུས་ལ་ཕྱིར་མིག་བལྟས་པའི་ཚུར་ཚོར་ཞེས་པ་འདི་ནི་ཤར་དཔལ་སྤྱངས་
 པའི་སྤྱན་རག་སྤྱོད་བ་རྒྱལ་ཁམས་བྱབ་བསྟན་བུན་ཚོགས་དེས་སྤྱི་ལོ་༡༩༩༧ལོའི་ཟླ་བ་༤པའི་ཚེས་
 ༡༩ཉིན། ལྷོ་རྒྱབ་མི་རིགས་སློབ་ཆེན་མོའི་རང་ཤག་ནས་སྤྱིངས་སོ། །

ཚྲངས་པའི་སྤྱོད་སྟོན་གྱིས་ཁོར་ཕྱག་གཏོར་བཞེགས་བྱེད་པ།

2019.7.16

ཡུལ་ཁམས་ཡར་རྒྱས་ཆེ་རྒྱུ་དེ།
ཡུལ་མིའི་སློབ་གསའི་ཚད་ལ་རགས།
ཡང་དག་ཚན་རིག་སློབ་གསའིས།
ཡོ་རོབ་ཡར་རྒྱས་སྟོན་ལ་སྟོས།

ཚན་རིག་སློབ་ཞིང་ཚྲངས་དད་སྤངས།
རྒྱལ་གྲིམས་སྤང་ཞིང་ཚྲངས་གྲིམས་དོར།
དངོས་སྤོང་དཔལ་ཡོན་གཡང་སྤངས་ན།
འབྲུལ་པའི་སྤྱོད་བསམ་རིམ་བཞིན་ཡལ།

ནང་གི་ཡུལ་ཁམས་བདེ་ཐང་ལ།
ཕྱི་ཡི་ཁོར་ཕྱག་དྲངས་གཙང་གནད།
ཚྲངས་པ་བོད་ཀྱི་སློབ་གསའིས།
ཁོར་ཕྱག་གཏོར་བཞེགས་བྱས་ལ་སྟོས།

ཕྱི་ཡི་འབག་བཙོག་གད་སྟོགས་དང་།
ནང་གི་འབག་བཙོག་ཚྲངས་དད་ཡིན།
འབག་བཙོག་གཉིས་དང་བྲལ་འདོད་ན།
ཡང་དག་ཚན་རིག་སློབ་གསའི་འཇུག།

ཆེ་བསོད་བསྐྱེད་པའི་ཐབས་ལམ་ལ།

སེམས་བསྐྱེད་བཟང་པོའི་སྤྱན་བཙལ་དགོས། །
རང་ཕན་འདོད་པའི་དར་ཚུག་གིས། །
གཞན་གྱི་ལུས་སེམས་སྤྱག་ལ་སྦྱོར། །

རི་དྲགས་རྣམས་ཀྱི་མགོ་སྒྲེ་བཅིངས། །
སྒྲོ་སྤྱགས་རྣམས་ནི་ཐག་ཀྱང་ཚུད། །
ཉིན་མཚན་ལྟོས་མེད་སྤྱག་སྒངས་མཐར། །
ལྟག་གིར་འཆི་བ་སྦྱིང་རྗེའི་གནས། །

ཚུ་ལྟང་ཉི་མའི་འོད་དང་བྲལ། །
འབྲུ་སྤྱན་རྣམས་ཀྱི་བདེ་དྲོད་བཙལ། །
ས་གཞིར་བརྟུད་བྲལ་བྱེ་ཐང་གྱུར། །
སྦྱི་དངོས་བདེ་ཐང་ཁོར་ཡུག་གཏོར། །

སྦྱོན་ཤིང་རྣམས་ཀྱི་ཚ་བ་རུལ། །
ཤིང་ཚེ་ཕལ་གྱི་འདབ་ལོ་སྒྲེམ། །
ནགས་ཚལ་ཁོད་ཀྱི་སྤྱག་གཙོད་རྒྱ། །
ཚོངས་པའི་དར་ཚུག་ཁོར་ཡུག་དག། །

ས་བརྟུད་འཕེལ་བའི་གཏོར་བུམ་དང་། །
ནོར་བརྟུད་འཕེལ་བའི་ནོར་བུམ་རྣམས། །
མཚོ་ཡི་བརྟུད་དུ་དབྱུགས་པ་དེ། །
མཚོ་གནས་རྣམས་ཀྱི་དུག་དུ་གྱུར། །

ནོར་དད་ཅན་རྣམས་ཚས་པར་བརྟུས། །

སྟོག་བསྐྱའི་རྒྱལ་མཆན་བོད་རྒྱ་བཅུགས། །
 རྒྱན་དད་ཅན་གྱིས་བསགས་པའི་སྟོར། །
 གཡོ་བྲམ་ཅན་གྱི་རུམ་རྒྱ་ལྟར། །

རྒྱ་ཉ་ཉེས་ཏེ་བོད་རྒྱ་བྲངས། །
 བོད་གྱི་རྒྱ་མཆོ་ཉ་རོས་ཁེངས། །
 སྟོག་བསྐྱ་ཆོགས་པའི་སྟོག་བཅད་འདི། །
 དགེ་སྟོན་གང་ཡིན་ལེགས་པར་དཔྱད། །

རྒྱལ་བརྒྱད་ཤིང་ཏེ་ཆེ་བརྒྱད་གྱི། །
 རྒྱ་མ་གོང་མས་མ་གསུངས་པའི། །
 རྒྱ་ལྷ་གསར་པའི་མཛད་སྤྱོད་ལས། །
 དམར་ཟས་སྤང་བའི་བཀའ་ལྟར་ཐེབས། །

སྟོན་པ་རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་གྱིས། །
 འདུལ་བྱིས་ཉེས་བརྒྱ་དག་སྤྱོད་ལས། །
 དམར་ཟས་སྤང་དགོས་མ་གསུངས་ན། །
 ཕལ་པའི་འགྲོ་ལ་རི་ལྟར་བཀག །

དེང་རུས་བོད་གྱི་སྤྱུལ་ཆོས། །
 འདུལ་བྱིས་རི་ལྟར་མ་མཁྱེན་པར། །
 མདོ་སྟོན་ཆོག་རུམ་འགའ་སྟོན་ནས། །
 དམར་ཟས་བཀག་པ་ཏ་ཤང་ལྷགས། །

ཕན་པའི་ཟས་རིགས་སྤང་མས་བཀག །

གད་སྤྱིགས་ཟས་རིགས་དགོན་པས་བཅོང་། །
 དད་ལྷན་ཐོད་མིའི་ལུས་ཁམས་ལ། །
 བད་རིགས་སྤྱི་ཚུགས་འཇའ་ལྷན་བཟ། །

མདོར་ན་སྤྱན་པོའི་ཚུལ་ལུགས་ཀྱིས། །
 སྤྱི་ཡི་ཁོར་ལུག་འབག་བཅོག་བྱེད། །
 བད་གི་ལུས་ཁམས་བད་ཀྱིས་བྱེད། །
 ཐོད་ཁམས་ལོག་པའི་ལམ་རྒྱ་བྱིད། །

དམ་པའི་ཚུལ་བསྐྱབ་ན་ཐོག་མར་རང་འདོད་སྤངས་པའི་གཞན་ཕན་གྱི་ཀུན་སྤྱོད་རྣམ་དག་ཅིག་གིས་ལས་ཀ་བྱེད་དགོས། རང་གཞན་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་ལས་གང་བྱས་ཀྱང་རང་འདོད་ཀྱི་ཀུན་སྤྱོད་གིས་བསྐྱེད་པའི་ལས་ཀ་ཞིག་མ་གཏོགས་གཞན་ཕན་གྱི་ཀུན་སྤྱོད་གི་ལས་ཀ་བྱེད་ཐུབ་མཁན་སྤྱིར་མཐར་ཅིམ་རེད། དཔེར་ན། ཐོད་ལ་སྤྱི་ལོར་སྤྱི་ཚུལ་བསྐྱབ་ཀྱང་ཐོག་མའི་ཀུན་སྤྱོད་དེ་རང་ཉིད་ལ་ཕན་པ་དང་། མཚན་སྤྱན་གྲགས་ཀྱི་ཆེད་རྒྱ་ཡིན་པ་སྤྱོད་མ་དགོས་པ་རེད། ཀུན་སྤྱོད་དེ་འདྲ་ཞིག་གི་སྤྱོད་ལས་ཀ་བྱེད་ཡོང་རྒྱས་ཚུལ་གྱི་བྱ་བས་ཚུལ་ལོག་གི་འབྲས་བྱ་འབྱུང་གི་ཡོད་པ་རེད།

༡ དར་ཚྭ་ག་དང་རྒྱང་རྒྱུ་སྤྱོད། ཐོད་འདྲིར་རྒྱང་རྒྱ་བསྐྱེད་པའི་ཚུལ་སྤྱི་ཚུགས་ཡོད་པ་རེད། འདི་ནི་གནའ་ཐོད་ཐོད་ཀྱི་ལུས་སྤྱོད་རྒྱུ་པ་ཞིག་ནང་ཚུལ་གྱང་དག་ཅིག་མ་རེད། རི་ལ་དར་ཚྭ་སྤྱོད་ནས་རང་གི་ཆོ་བསྙེད་དབང་ཐང་རྒྱས་པའི་རེ་སྤྱོད་བྱེད་པ་ནི་ནང་ཚུལ་གྱི་ལུགས་མ་ཡིན། བད་པའི་ཚུལ་དེ་རྒྱ་འབྲས་རྒྱེན་འབྲེལ་ལ་བརྟེན་དགོས་ན། སྤྱོད་བསགས་ཀྱི་བསྙེད་ནམས་དང་། ད་ལྟའི་སེམས་བསྐྱེད་གང་ཡང་མེད་པའི་རང་འདོད་ཁོ་ནའི་སྤྱོད་ལས་རི་རོལ་ཐམས་ཅད་དར་ཚྭ་གིས་བཀང་ན་བྱོད་ལ་འབྲས་བྱ་བཟང་པོ་ཞིག་འབྱུང་པའི་རྒྱ་མཚན་ཅི་ཡང་མེད། དེ་ལས་སྤྱོད་སྤྱི་དེར་རྒྱས་རི་རྒྱང་དར་ཚྭ་གིས་བཀང་པ་འདི་ཡིས་སེམས་ཅན་མང་པོ་ཞིག་གི་སྤྱོད་ལ་གནོད་པ་བྱེད་ཅིང་འདྲུག་སྤྱོད་ཆགས་ཆེ་བ་

२ གཏེར་བུམ་གྱི་སྒྲིང་། དེར་རུས་ལྷ་ལོག་མོས་ཡོན་བདག་མགོ་བསྐྱར་བྱེད་དུ།
 ལྷ་ལ་བཅུད་གསོ་བའི་གཏེར་བུམ་དང་། ནོར་བཅུད་གསོ་བའི་གཏེར་བུམ་སོགས་
 བུམ་པ་མང་པོ་ཞིག་གི་ནང་དུ་རྩམ་རིགས་སྣ་མོགས་ཤིག་སྒྱགས་ནས་ཆོ་བསྙེད་
 དཔལ་འབྱོར་རྒྱས་པའི་ཆེད་དུ་ཡོན་བདག་རྣམས་ལ་ལྷ་བཅུག |ཡོན་བདག་དེ་
 དག་གིས་སྒྱས་ཐིག་པ་རྣམས་སྤར་ཡང་རི་མཐོ་ས་གཙང་གི་མཛོེས་སྤྲོངས་རྣམས་
 ལྷ་གནས་པའི་དྲངས་གཙང་གི་མཚོ་དང་རྩིང་དུ་རྣམས་ཀྱིས་བྱིར་ནས་ལྷ་ལོག་
 མོས་མིག་མོར་པ་ཅམ་བཤད་ཅིང་། ལྷས་ཀྱི་ཉམས་འགྱུར་སྣ་མོགས་དང་། ཁ་ནས་
 བྱངས་ལྱང་མེད་པའི་རྩྱ་མཁ་སྒྲ་མང་པོ་སྒྲིག་ཅིང་མཚོ་དང་རྩིང་དུ་ནང་དུ་
 དལྱགས། བསྐྱལ་པ་ཆགས་ནས་འབག་བཙོག་གིས་གོས་མ་ཚུངས་པའི་མཚོ་དང་།
 རྩིང་དུ་རྣམས་འབག་བཙོག་བྱེད་ཅིང་། མཚོ་གནས་ཀྱི་སྒྲིག་ཆགས་རྣམས་ཤི་
 རྩིང་དུ་རྒྱུད་བ་རྣམས་སྐམ། ཆེ་བ་རྣམས་འབག་བཙོག་གིས་མཚོའི་ཁ་དྲིག་དང་
 རྣམ་པའང་འགྱུར་ཡོད་པ་དྲ་མོག་དུ་མཐོང་བཞིན་པ་འདི་རྣམས་སོ། |འདི་ནི་

ཚོས་བྱེད་སྒྲུབ་ས་མ་ཤེས་པས་ཚོས་ལོག་གི་འབྲས་བྱ་ཡིན། །

༡ རྟོག་བསྐྱེད་སྒྲོམ། རྟོག་བསྐྱེད་ནི་གནའ་བོའི་བོད་ཀྱི་དམངས་སྟོལ་རྒྱུད་པ་ཞིག་ཡིན། འདི་ནི་བྱིམ་དུ་ནད་པ་ཐུ་མོ་ཡོད་ཆོ་མོ་ཚིས་ཀྱི་ཡུང་ལས། རྟེན་འབྲེལ་ལ་ཉེའི་སྒྲིན་ནས་ནད་པ་ཆེའི་བར་ཆད་ལས་ཐར་བའི་རྟེན་འབྲེལ་ཆེད་དུ་འཆི་ངེས་པའི་སེམས་ཅན་རེ་བྱུང་ཆོ་ཐར་བྱེད་སྟོལ་ཡོད་པ་རེད། དེར་དུས་བྲལ་ལོག་ཚོས་ཡོན་བདག་འགྲུག་པའི་ཆེད་དུ་མི་དྲན་དགུ་དྲན་ཆང་མ་དྲན་ནས། རྒྱ་རིགས་ཡོན་བདག་གཙོ་བོར་གྱུར་པའི་ཚོངས་པའི་མི་སེར་རྣམས་ལ་རང་ཉིད་དྲིལ་བསྐྱགས་པའི་ཆེད་དུ་རྟོག་བསྐྱེད་ལས་འགྲུལ་འདི་བཅུགས་པ་རེད། ལས་འགྲུལ་འདི་ལ་བརྟེན་ནས་ཉ་རིགས་ཆེ་ཆུང་ཆང་མ་སྒྲོར་མོ་སྐབ་བྱེད་ཀྱི་ལག་ཆས་ཤིག་ཆགས་པ་རེད། ལས་འགྲུལ་འདི་ལ་བརྟེན་ནས་ཚོགས་པ་ཁག་གསུམ་ཐུག་པོར་གྱུར་ཡོད།

1 ཉ་ཚོང་བྱེད་མཁན། 2 རྟོག་བསྐྱེད་བྲལ་མ། 3 རྟོག་བསྐྱེད་ཚོགས་པ། ཚོགས་པ་འདི་དག་ཐུག་པོར་གྱུར་ཀྱང་། ཉ་རིགས་རྣམས་ལ་སྐྱུག་བསྐྱེད་མང་པོ་ཞིག་འབྲད་པ་ནི། གཅིག །རང་གར་གནས་པའི་ཉ་རིགས་རྣམས་ཚོང་ལས་ཀྱི་ཆེད་དུ་འཛིན་བབྱུང་གི་སྐྱུག་བསྐྱེད་ཀུན་ལ། གཉིས། ཉ་བབྱུང་བྱིན་པ་རྣམས་ཤར་ཉ་རུབ་དུ་དྲངས། རུབ་ཉ་ཤར་དུ་སྐྱེལ། དུལ་ཆུ་མ་འབྲད་པའི་དབང་གིས་ཤི་མ་རན་པའི་ཉ་རྣམས་ཤི་མཚོ་ཐམས་ཅད་ཉ་རོས་ཁེངས། ཆུ་ཐམས་ཅད་འབག་བཅོག་བྱེད། འདི་དགོ་སྤྱིག་གང་ཡིན་ལོགས་པར་དཔྱོད། འདི་ནི་ཚོས་བྱེད་སྒྲུབ་ས་མ་ཤེས་པས་ཚོས་ལོག་གི་འབྲས་བྱ་ཡིན་ལོ། །

༤ དཀར་བས་ཀྱི་སྒྲོམ། འཇིག་རྟེན་ཁམས་སུ་སྐྱེས་པ་དང་འཇིག་རྟེན་ཀྱི་འཚོ་བ་སྦྱོང་པ་ལས་ལྷ་དང་ཞིང་ཁམས་ཀྱི་འཚོ་བ་སྦྱོང་མི་ཐུབ། སྐྱེས་ཐམས་ཅད་ལྷན་ཅིག་དུ་དགོ་སྐྱེབ་སྤྱིག་སྦྱོང་གི་ལས་ལ་ཞུགས་ནས་ཐུམ་གཅིག་དག་པའི་ཞིང་དུ་འགོ་རྒྱུད་བསམ་སྒྲོ་འདི་ནི་དངོས་ཡོད་གནས་ཚུལ་དང་མི་མཐུན་པའི་ཚོས་ལོག་(邪教) གི་བསམ་སྒྲོ་ཞིག་རེད། མཐུན་རྐྱེན་འཛིན་པའི་འཕྲོར་ལྷན་ཀྱི་གང་བཟག་བྱེ་བྲག་པ་ཞིག་ཡིན་ན་དཀར་བས་དང་། དམར་བས་བདམས་ཀ་བྱེད་ཚོག་ཀྱང་། འཚོ་ཐབས་ཀྱི་ཆ་རྐྱེན་ཞན་པའི་མི་སེར་དབུལ་པོ་རྣམས་ལ་བདམས་ཀ་

༥ གྲོག་གཅོད་ཀྱི་སྒྲོམ། དེར་དུས་སྒྲ་སྒྲུལ་ཆོས་འཕྲོག་པ་རྣམས་ལ་གཡག་གསད་
 མི་ཆོག། ལྷག་གསད་མི་ཆོག། ར་གསད་མི་ཆོག་གསུངས་ནས་བཀའ་ཡིས་བཅད་
 པ་མང་པོ་ཞིག་གནང་ཡོད་པ་འདི་དག་ལ་བརྟེན་ནས་དེར་དུས་འཕྲོག་ལུལ་དུ་
 གཡག་ལྷག་སོགས་སེམས་ཅན་གསོད་མཁན་རྗེ་ཉུང་འགྲོ་ཞིང་ཡོད་པ་ནི་ཡག་པོ་
 རེད། འོན་ཀྱང་དགོན་པའི་ནང་གི་སྒྲ་པ་ཆོས་འཕྲོག་པའི་མནའ་མ་རྒྱ་འཕྲོག་བྱེད་
 ཅིང་དམེ་འཛིང་སྟོང་། སྒྲ་མས་མི་བསད་པའི་དོན་རྒྱུ་ལོ་རེ་བཞིན་རྗེ་མང་འགྲོ་
 ཞིང་ཡོད་པ་ནི་དངོས་ཡོད་གནས་ཚུལ་འདི་རེད། དེས་ན་སྒྲ་སྒྲུལ་ཆོས་དགོན་
 པའི་ནང་ནས་གྲོག་གཅོད་སྤང་དགོས་པའི་སྟོབ་གསོ་རེ་གནང་ཐུབ་ན་བཀའ་དྲིན་
 ཤིན་དུ་ཆེ། བྱིད་རྣམ་པས་མཐུན་གསལ་ལྟར། ནང་པ་སངས་རྒྱས་པའི་ལྷགས་
 ལ་གྲོག་གཅོད་གོང་ན་སྤྲིག་པ་མེད། མི་བསད་ལ་དགོངས་ནས་གསུངས་པ་ཞིག་
 རེད། སམ་པ་བཞིའི་ནང་གི་གྲོག་གཅོད་པ་ཟེར་བ་དེའང་གཞི་བསམ་སྟོར་བ་
 མཐའ་ཐུག་བཅས་དོན་ཆོན་བཞི་ཆོང་པའི་སྟོན་ནས་མི་བསད་པ་ཡིན་ན་སམ་པ་
 འབྱུང་བ་རེད། གཡག་དང་ལྷག་བསད་ན་ཉེས་ལྱང་ལས་སམ་པ་འབྱུང་བ་མེད།
 དེས་ན་མི་སེར་གྱིས་གཡག་ལྷག་བསད་པ་དང་། སྒྲ་མས་མི་བསད་པ་གཉིས་ཀྱི་
 ཉེས་དམིགས་དེ་ངོ་བོའི་སྟོན་ནས་གནམ་ས་ལྟ་བུའི་བྱུང་པར་ཡོད་རེད། དེར་དུས་
 བོད་ཀྱི་སྒྲ་སྒྲུལ་སལ་ཆེར་གྱིས་གསང་སྤགས་རྫོགས་པ་ཆེན་པོ་ཉམས་ལེན་གནང་
 པ་ལས་། འདུལ་བ་གཟིགས་མ་རྒྱུང་སྤབས་སམ་ལྱང་གི་བྱུང་པར་སལ་ཆེར་
 མཐུན་བཞི་མ་རེད། འོན་ཀྱང་ཁོ་བོའི་ཡིག་ཉིག་འདི་ཡིས་རྒྱུན་བྱས་ཏེ་སྤབས་
 འགར་འདུལ་བ་ལ་གཟིགས་ཅོམ་གནང་ན་ཤུག་ཐུབ་པའི་སྟོན་པ་དང་ཐག་ཉེ་བ་

ཅམ་ཡང་སྤྲོད། །

ཚོས་པས་ནི་བོད་ཁམས་གང་། །

སྟོག་དྲུག་ནི་ལུང་པ་གང་། །

འཇམ་གླིང་ནི་ཞི་བདེ་སྟོན། །

རང་ཡུལ་ནི་འབྲུག་པས་གང་། །

རི་སྒྲུང་ནི་དར་ཚུག་ཁེངས། །

དར་གསེབ་ནི་གཡག་རོས་ཁེངས། །

ཉ་སྟོག་ནི་ཚོང་པས་བསྟུ། །

ཉ་རོ་ཡིས་རྒྱ་བོ་ཁེངས། །

འབྲོག་པས་ནི་སྟོག་གཙོད་སྟོང་། །

སྤྲུམས་ནི་མི་སྟོག་གཙོད། །

ཞིང་པས་ནི་དགེ་བསྟེན་བརྒྱབས། །

ཤ་པས་ནི་རྒྱུང་མ་བརྒྱ། །

འཇམ་གླིང་འདིར་མེད་པའི་རིགས། །

བོད་ཡུལ་འདིར་ཤིན་ཏུ་མང་། །

ཚོས་ལྷགས་ཀྱི་སྟོབ་གསོ་འདི། །

ཨ་ལ་ལ་འོ་མཚར་ཆེ། །

ཞེས་པ་སྤྱི་ལོ་༡༠༡༧ལོའི་རྒྱ་བོ་བདུན་པའི་ཚོས་༡༩༩༩ལོའི་ཀྱི་ཞོགས་པ་འཕྲིན་ལྷན་ལས་འགའ་
 ཞིག་མཐོང་བའི་རྒྱུན་བྱས་ཏེ་རང་སྤང་གི་འགྲུ་བག་བན་བུན་སྤྱོས་པ་ནམས་ཞོགས་པའི་སྟོ་ཆས་
 ཟ་ཞོར་དུ་ཟིན་གྱིས་སྤྱོད་པ་པོ་ནི་རྒྱལ་ཁམས་པ་ཐུབ་བསྟན་ལུན་ཚོགས་དེའོ། །

འདི་ཕྱི་གཉིས་མེད་ཁ་པར་ནང་གི་ཚོས་ཚྭ།

2019, 8, 30

དེང་དུས་གངས་ཅན་བོད་ཡུལ་འདིར།
 ཆས་གཞོན་ཕོ་མོ་སྐྱེ་ཡིན་ཡང་།
 ཁ་པར་ལག་ན་འཛིན་པ་དང་།
 འཕྲིན་ཕྱན་བསྐྱོད་སྤྱོད་མཁན་མང་།
 འོན་ཀྱང་འཕྲིན་ཕྱན་ནང་དོན་ལ།
 བལྟས་ན་མིག་སྒར་བོད་ཡུལ་འདིར།
 འཛམ་གླིང་གྱི་དང་མཐུན་པ་ཡི།
 རང་དོན་རྒྱལ་ཐབས་གླིང་མཁན་ཁྱེད་།
 རང་ཡུལ་ཡར་རྒྱས་གཏོང་ཐབས་དང་།
 རང་རྒྱུད་གསོ་སྦྱོང་བྱེད་ཐབས་དང་།
 རང་རིགས་མདུན་ལམ་གསར་གཏོད་སོགས།
 འཛིག་རྟེན་མི་ལྷགས་བཤད་མཁན་ཁྱེད་།
 ཆན་གཞོན་ཕོ་མོ་ཐམས་ཅད་ཀྱི།
 ཁ་ནས་ཅི་བཤད་ཚོས་ལྷགས་དང་།
 ལག་ནས་གང་གཏོང་བླ་མའི་པར།
 ཚྭ་གཞི་གང་བྱུང་གྲུབ་མཐའི་དོན།
 མདོན་སྐྱམ་འཛིག་རྟེན་འཛོལ་ལ།
 ལྷགས་ཀྱང་འཛོལ་ཐབས་མི་ཤེས་པའི།
 རྟོག་གྱུར་ཚོས་ཀྱི་གནས་ལྷགས་རྣམས།

མ་བསྐྱབས་མཁས་པའི་བོད་འདི་མཚར།
 རོན་དངོས་བོད་ཀྱི་མི་དམངས་འདི།
 བྱིན་དཔལ་འབྱོར་མེད་པས་སྤྱག།
 བྱང་ན་ཡོན་ཏན་མེད་པས་སྤྱག།
 སྒྲོན་ཡོན་དབྱེ་འབྱེད་མི་ཤེས་སྤྱག།
 ཁ་བཤད་ལག་ལེན་མེད་པས་སྤྱག།
 མོངས་དད་སྤྱིན་ལྟར་འཁྲིགས་པས་སྤྱག།
 ཚན་རིག་དུག་དུ་མཐོང་བས་སྤྱག།
 སྤྲ་མས་རྒྱལ་བསྟན་བཤེགས་པས་སྤྱག།
 འབངས་མིའི་སློབ་གསོ་ལོག་པས་སྤྱག།
 ཚོས་བྲིམས་འབངས་ཀྱི་གཉའ་ཤིང་སྤྱག།
 སྤྱག་པ་དགུ་ལྟན་བོད་ཁམས་འདི།
 བྱམ་ཞིག་རང་སྒྲོན་མཐོང་བར་སྒྲོན།
 དེང་དུས་འཛམ་སྤྱིང་སྤྱི་མཐུན་གྱི།
 སྤྱིད་འབྱོར་རིག་གསུམ་སྤེལ་བའི་ཐབས།
 འབད་པའི་དམིགས་ཡུལ་ཉིལ་འབྱུ་ཅམ།
 མེད་པའི་བོད་རྒྱལ་སྤྱིང་རྩེའི་གནས།
 མི་མཁས་མཁས་ཉམས་འདོན་པ་ལ།
 ཀྱན་གྱིས་དོ་སྤང་ཆེར་མེད་པའི།
 གནའ་བོའི་གད་སྤྱིགས་བསམ་སློ་དང་།
 འདྲེས་པའི་ཚོས་དང་སྤྱ་སྤྱང་བཤད།

ཁོག་སྟོང་ནམ་མཁའ་ལྟ་བུའི་སྟོང་། །
 སྟོང་བསམ་སློན་ལྟར་འབྲིགས་པ་ལ། །
 རྩོན་དང་ཉམ་པ་འབྲུག་ལྟར་གཤམ། །
 མདོར་དོན་ཆར་འབྲུག་ཅིག་ཅམ་མེད། །
 དེ་རིང་ཅམ་གྱི་ལྟ་གོས་ལ། །
 ཅི་དགའ་སྟོད་པའི་རྒྱས་མེད་ཀྱང་། །
 ལུ་དང་གང་གིས་མ་མཐོང་པའི། །
 སྐྱེ་བ་མི་མའི་འདུག་རྒྱས་སྟོང་། །
 རང་གི་པ་མ་བྱ་རྒྱད་སོགས། །
 བྱམས་སྟོང་བྱེད་པའི་སྟོབས་མེད་ཀྱང་། །
 རྣམ་ཡང་འབྲུག་ཐབས་མེད་པ་ཡི། །
 འགོ་བ་རིགས་དྲུག་འགོ་དོན་སྟོང་། །
 ལོ་རྩི་སྟོང་གི་གད་སྟེགས་ནམས། །
 བྱེད་དུ་སྟོག་ནས་བཟང་ངན་ཚོད། །
 ལྟ་དང་སྟངས་མའི་རྒྱས་མཐུ་སོགས། །
 རི་བོང་རྩ་ལ་རིང་བྱང་ཚོད། །
 ལྷག་ཀྱང་ཆེ་དང་རྩོགས་པ་ཆེ། །
 རྣམ་མཁའི་འཇའ་ཡི་རྒྱན་གོས་འབད། །
 མཁས་མིན་མཁས་མདོག་སྟོན་པ་ལ། །
 སྟོང་གཏམ་འདི་དག་བོད་ན་བྲིན། །
 ཆོ་འདིའི་འདུག་རྒྱས་བྱ་གཞག་ལ། །

མྱེད་པ་སྒྲོང་པ་བོད་འདྲ་དགོན། །
 རུས་རབས་འདི་ཡི་བོད་པ་ལ། །
 ཡོན་ཏན་ཅི་འདུག་འཕྲིན་སྒྲུབ་སྒྲིམ། །
 སང་ཉིན་ཅམ་གྱི་འཆོ་ཆེས་ཐབས། །
 བསྐྱོ་སྒྲིབ་མེད་པ་འདིར་བལྟས་ན། །
 དེ་རིང་ཉི་མའི་དགོང་ཀ་ལ། །
 ཐམས་ཅད་དག་ཞིང་ཐེབས་མིན་སྒྲུབས། །
 གྲུབ་མཐའ་བཟང་ངན་ཚོད་ལྷགས་འདི། །
 ཟས་གོས་ཆོས་ཀྱིས་ཆོག་གམ་སྒྲུབས། །
 སྒྲོང་ཉིད་སྒྲིམ་བཤལ་བཤད་ཚུལ་འདིར། །
 ཐམས་ཅད་སངས་རྒྱུ་ཟིན་ནམ་སྒྲུབས། །
 མ་འོངས་མདུན་ལམ་བཞེད་ལྷགས་འདི། །
 མྱེད་ཀྱི་ཁྱུ་གཅིག་མིན་ནམ་སྒྲུབས། །
 མིག་སྒྲུབ་འཆོ་ཐབས་མི་བསམ་པ། །
 སྐད་པ་ཁྱུ་གཅིག་མིན་ནམ་སྒྲུབས། །
 རྒྱ་མཚན་མེད་པའི་ཅ་ཅ་འདི། །
 ཁྱི་ཀན་ཁྱུ་གཅིག་མིན་ནམ་སྒྲུབས། །
 རྒྱ་འབྲས་འཆོལ་ཉོག་བྱེད་ལྷགས་འདི། །
 ལུ་སྒྲིགས་རྒྱུ་འཕྲིན་མིན་ནམ་སྒྲུབས། །
 སྒྲུ་མས་རྒྱ་ཁོར་གསོགས་སྒྲུངས་འདིར། །
 དགུང་ལོ་ལྷ་བརྒྱ་བཞུགས་སམ་སྒྲུབས། །

དད་ལྷན་ནམས་གྱིས་འབྲེཾ་ལྷགས་འདིར། །
 སང་ཉིན་ཉི་མ་མེད་ངེས་སྒྲམས། །
 སྒྲམས་མཛེས་མ་བརྗེ་ལེན་འདི། །
 ཤུགཾ་ཚས་འདི་ནོར་རམ་སྒྲམས། །
 བོད་འབངས་ཚོངས་དད་ཆེ་ལྷགས་འདི། །
 མིག་གཉིས་ལོང་བ་མིན་ནམ་སྒྲམས། །
 དེ་ལྟར་འཇམ་སྒྲིང་སྒྱི་ལྷགས་དང་། །
 མི་མཐུན་བོད་གྱི་ཡུཾ་ལྷགས་འདི། །
 ཡང་དག་སྒྲོབ་གསེས་དབྱེཾ་བ་ཡི། །
 མི་རིགས་རྗེས་ལྷས་ཡིན་པའི་སྒྲོན། །
 རང་སྒྲོན་རང་གིས་མཐོང་བ་ན། །
 མི་རིང་སྒྲོན་འདི་བྲེཾ་བར་ངེས། །
 སྒྲོན་འདི་ཡོན་ཏན་འཛིན་པ་ན། །
 སྒྲན་ནད་ནོར་བྱར་བསྐྱམ་དང་མཚུངས། །
 དེ་ལྟར་འཕྲིན་ཕྲན་བཤོ་སྒྲིང་གིས། །
 རྒྱན་ལས་བྱང་པའི་ཚོར་སྒྲུང་འདི། །
 རྒྱ་ནག་པེ་ཅིང་ཤོང་བྱིར་གྱི། །
 ཤང་གི་ལི་ལའི་མགོན་ཁང་རུ། །
 སྒྱི་ཟླ་བརྒྱད་པའི་སུམ་ཅུཾ་ཚེས། །
 རོགས་པར་རྒྱལ་ཁམས་པ་དེས་བྲིས། །
 ལེགས་པར་སོམས་དང་ཕན་པ་བྲིད། །

དགེ་བཤེས་འཇམ་དཔལ་སྒོ་ཤེར་སྐྱ་གཤེགས་པའི་གདུང་དབྱངས།

2019.10.20

དལ་བའི་རྟེན་བཟང་འདན་གྱི་ཡུལ་ནས་བཞེས། །
རིག་པའི་རྣམ་དཔྱད་འཕགས་པའི་ཡུལ་ནས་རྒྱས། །
བསྐྱབ་གསུམ་གཙང་མའི་རྒྱལ་མཆན་ཐོད་དུ་བསྐྱེངས། །
ཐུབ་པའི་རྗེས་འཇུག་བྱེད་འདྲ་ཐོད་ན་དཀོན། །
དམ་ཚེས་འདུལ་བའི་བསྟན་པ་རྒྱབ་རིར་ཉ། །
སྐྱ་མིན་མེར་མིན་ཐོད་ཁམས་ཡོངས་ལ་བྱབ། །
བསྟན་པའི་སྤྱིང་པོ་དུས་མཐར་སླེབས་དུས་འདིར། །
དུར་སྤྱིག་རྒྱལ་མཆན་འཛིན་པ་བྱེད་འདྲ་དཀོན། །
འཆད་པའི་གཞུང་ལུགས་ཐུབ་པའི་བཞེད་པ་དངོས། །
ཚོད་པའི་རིགས་ལམ་ནམ་མཁའི་སྒྲོག་ལས་སྐྱར། །
རྒྱན་དུག་མཆོག་གཉིས་གཅིག་དུ་འདུས་འདྲའི་སྐྱ། །
དམ་ཚེས་ཀྱང་དག་འཆད་པར་བྱེད་འདྲ་དཀོན། །
མདོ་ཁམས་དད་ལྡན་བསོད་ནམས་དམན་པ་དང་། །
ཞུ་མེར་བསྟན་པའི་སྤྱིན་ལས་ཉམས་གུད་རྒྱུ། །
སྤྱིགས་དུས་བསྟན་པའི་གོད་ཆག་ཆེ་བ་ཞིག། །
བྱེད་གྱི་སྐྱ་ཆོ་མཐའ་མར་གྱུར་འདིར་སྐྱ། །
སྤྱིན་ཆོ་བཙམ་ལྡན་འདས་གྱི་སྤྱན་སྔ་ཅ། །
ཚེས་བཞེན་སྐྱབ་པ་མཛད་པའི་གང་ཟག་ལ། །

བྱ་བཞིན་སྐྱོང་བ་ཞལ་གྱིས་བཞེས་པ་ཡི། །
 ཚོས་སྐྱོང་སྐྱོང་མས་དམ་བཅའ་འདྲོར་རམ་ཅི། །
 ཚོས་དང་ཚོས་མིན་སྟེ་སྤྱིན་བཞིན་དུ་འབྲིགས། །
 ཚོས་ལོག་གཏོར་བའི་རྒྱང་ལྟོང་ཕྱིན་ལས་པ། །
 ཚོས་པ་ནམ་དག་འདི་འདྲ་མི་སྐྱོང་བར། །
 ཚོས་སྐྱོང་སྐྱོང་མ་ཆང་གིས་ཐུས་སམ་ཅི། །
 ལྷ་ལོག་ནམས་གྱིས་ཚོས་ལོག་གྱིང་བཞིར་སྤེལ། །
 ལྷ་པའི་བསྟན་པ་གངས་ཅན་བོད་ནས་ཡལ། །
 རུར་སྤྱིག་རྒྱལ་མཆོན་དར་ཆེན་སྤེད་ནས་ཆག། །
 ཚོས་སྐྱོང་སྐྱོང་མས་རུལ་སྐྱོང་ས་བྱས་སམ་ཅི། །
 ལྷ་པའི་བསྟན་ལ་བྱི་དོར་བྱེད་པ་དང་། །
 བོད་འབངས་སློ་ཡི་ལུན་པ་བསལ་བ་སོགས། །
 དམ་པ་གང་དེའི་མཛད་སྤྱིན་ལྷག་མ་གང་། །
 ལྷ་པའི་མཛད་མགོན་པོ་བྱིད་གྱིས་བསྐྱབ་འོས་སོ། །

ཞེས་པ་མཁས་དབང་དམ་པ་དགེ་བཤེས་འཇམ་དཔལ་སློ་ཤེར་སྐྱ་ཚེའི་མཐའ་མར་
 ལྷ་པའི་གཏམ་ངན་དེ་ཐོས་མ་ཐག་དུ། སྐྱོ་ཤས་གྱི་གདུང་དབྱངས་འདི་ནི་ཤར་དཔལ་སྐྱངས་
 པའི་སྟན་ངག་སྤྱོད་པའི་རྒྱལ་ཁམས་པ་ལྷ་པའི་བསྟན་ལུན་ཆོགས་དེས། ཕྱི་ལོ་༢༠༡༧ལོའི་ཟླ་བ་བཅུ་
 པའི་ཚེས་༢༠ཉིན་གྱི་ཞོགས་པར་ཐོལ་བྱུང་དུ་སྤྲོས་སོ། །

ཀ་ཞི་རྩོད་རྒྱུ་ལའི་ཏམ་གཏམ་ལ་དགག་ལ།

2019.10.22

ཁ་སང་མི་ཞིག་གིས་ང་ལྟ་འཕྲིན་ཞིག་བཏང་ཡོད་འདུག །དགེ་བཤེས་ཤིག་གིས་ཀྱང་བཅུན་ནི་མི་མེད་ཀྱི་ཁུར་པོ་མིན། ཟེར་བའི་གསུང་བཤད་ཅིག་བཏང་བུང་། ད་ལྟ་འདི་ལ་ཉོན་ཆེས་ཀྱི་ཚོར་སྤང་དེ། ནང་པ་སངས་རྒྱལ་པའི་ཚོས་སྤྱ་ཅམ་ཡང་གོ་མ་སྤྱང་པའི་མི་ཞིག་ཡིན་པའི་ཚོར་སྤང་བུང་སོང་། ཀ་ཞི་ན། སྤང་ཆའི་སྤྱ་གདངས་དང་ཉམས་འཇུར་ལ་དྲག་ཉམས་ཆེ་བ། བྱམས་དང་སྤྱིང་ཆེ་མེད་པའི་ཉམས། བརྗོད་བྱའི་དོན་ལ། སྤྱ་མེར་བར་ཀྱི་འགུན་ཚོད། མི་མེར་ལ་དམའ་འབེབས། འབྲུམ་རམས་པ་ལ་དམའ་འབེབས། སྤང་གདངས་ཀྱི་ཉམས་ལ་བརྟག་ན། མཉམ་ལས་རུ་ཁག་གི་འགོ་བྲིད་ཚོས་མི་མེར་ལ་བཀའ་བཀོད་གནང་བའི་ཉམས་འཇུར་འདྲ་བ་ལས། སྤྱ་མས་མི་མེར་ལ་ཚོས་གསུངས་པའི་ཉམས་ཀྱི་བྱར་ཅམ་ཡང་མེད་པ་ཞིག་རེད། འདི་ལྟ་བུའི་ནང་ཚོས་ཀྱི་རྒྱས་པ་བཅད་སྤྱོད་བཏང་ནས་བོད་མི་དམངས་ལ་དཀའ་ངལ་བྱེད་མཁན་དེ་དག་ཤྱག་ཐུབ་པའི་ཚོས་ལྷགས་རིང་རུ་སོང་བ་ཞིག་རེད། ཉེ་སྡོན་དགེ་བཅུའི་བྲིམས་ཟེར་བ་ཞིག་བཅོས་ཏེ་མི་མེར་ཀྱི་འགོ་འདུག་དང་། ལྟོ་གོས་ཀྱི་རང་དབང་འཕྲོགས། སྤྱ་མ་དགེ་བཤེས་གང་ཡིན་ན་མི་འདི་ཡིས་སྤང་ཆ་ལ། མི་མེར་ལ་ཁ་གྲག་མི་ཚོག་ཟེར་བ་ལྟ་བུ་ཞིག་རེད། ང་ཚོ་ལ་སྤྱོན་བརྗོད་བྱེད་མི་ཚོག །ང་ཚོས་ག་རེ་བྱས་ན་བྲོད་ཚོ་ལ་རྒྱས་གཏོགས་མེད་ཟེར་བཞིན་འདུག །དེ་ལྟ་བུའི་སྤྱ་མ་དེ་མི་མེར་ཀྱི་ཁུར་པོ་མིན་ན་གང་རེད།

དོན་ཚན་དང་པོ། ཤྱ་བཅུན་ནི་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་ཁུར་པོ་མིན་ཟེར་བ་དེ་ནོར་འབྲུལ་རེད། ང་ཚོ་རང་ཁ་རང་གསོ་བྱས་ནས་བསྐད་ཡོད། སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་ཁུར་པོ་མིན་ཟེར་བའི་ལན། རང་ཁ་རང་གསོ་དེ་ནོར་སྤྱག་གིས་ཀྱང་ཐུབ་པའི་ལས་ཞིག་རེད། བྲོད་རང་མི་དམངས་ཀྱི་ཁུར་པོ་ཡིན་པའི་རྒྱས་མཚན། སྤྱི་ཚོགས་

དང་། ཁྱིམ་ཆང་གིས་སྤྱོད་ཆོ་གསོས་ཡོད་པ་དངོས་ཡོད་གནས་ཚུལ་རེད།
 དགོན་པ་རང་ཁ་རང་གསོ་བྱུང་མཁན། རང་ལ་ཁེ་ལས་དང་ཀྱང་སི་ཡོད་
 མཁན་དེ་དཀར་མཛེས་ཁྲལ་གཅིག་གི་ནང་ན་དགོན་ཁག་གཅིག་གཉིས་ཅམ་
 ལས་ཡོད་པ་མ་ཐོས། དགོན་པའི་ཡོང་སྤོ་བརྟེན་ས་མི་དམངས་རེད། དེའི་
 ཐོག་ཏུ་སྤྱོད་ཆོས་ད་རུང་ལོ་ཁྲལ། ལས་ཁྲལ་སོགས་ཁྲལ་རིགས་མང་པོ་བཟོས་
 འདུག །དགོན་པའི་ནང་གི་གྲུ་པ་ཕལ་ཆེར་དེ་སྤྱོད་གྲུ་རྒྱགས་མ་འཕྲོད་པ།
 གཞུང་ཞབས་པ་རྒྱགས་མ་འཕྲད་པའི་སྤྱོད་མ་རྒྱག་ཤོས་དེ་དག་རེད། རྩོ་མོ་
 ཕལ་ཆེར་ཡུག་ས་མ། མནའ་མ་བྲོས་མ། བཟའ་བྱེ་སོང་བ། སྦྱིད་ལྷག་འགྲལ་
 འཆོར་ཅན་གྱི་བྱད་མེད་རིགས་བཞི་དེ་རེད། དེས་ན་སྤྱོད་སྤྱི་ཆོགས་གྱི་ཁྲར་
 སྤ་མིན་ན་གང་རེད།

དོན་ཆོད་གཉིས་པ། མི་ཁེར་ཆོ་ལ་འཛོན་ཐང་མི་འདུག་ཟེར་བ་དེ་ནོར་
 འབྲལ་རེད། ཀ་ཞི་བ་ན་རེ། འབྲོག་པ་ཆོ་ལ་འཛོན་ཐང་མི་འདུག །ཞིང་པ་ཆོ་
 ལ་འཛོན་ཐང་མི་འདུག །འབྲུམ་རམས་པ་ཡིན་ཟེར་བ་དེ་དག་ལ་ཡོན་ཏན་
 མེད། ད་ཆོ་འཛོན་ཞིང་ཡོད། རང་ཁ་རང་གིས་གསོས་ཡོད། སྤྱོད་སྤྱོད་རང་
 གིས་བྱས་ཡོད། ད་ཆོ་ལ་སྤྱོད་བརྗོད་བྱ་བའི་འཛོན་ཐང་གང་ཡོད་ཅེས་མི་
 དམངས་བཀའ་བཀྱོན་མང་པོ་ཞིག་གནང་ཡོད་འདུག །དེའི་ལན་ཏུ། སྤྱོད་
 རང་ཆོའི་སྤྱོད་སྤྱོད་གིས་བོད་གྱི་སྤྱོད་འབྱོར་རིག་གསུམ་ལ་ཕན་ཐོགས་གང་
 ཡོད། སྤྱོད་ཆོ་སྤྱོད་སྤྱོད་དེས་བོད་གྱི་སྤྱོད་ཆོགས་གྱི་ཆ་བའི་འཛུགས་བསྐྱར་
 དང་། སྤྱོད་ཆོགས་བདེ་འཇགས། རིག་གནས་སྤྱོད་གསོ། བདེ་ཐང་འཕྲོད་
 བསྟེན། འཆོ་བའི་རྒྱན་སྤྱོད་གང་ཞིག་ལ་ཕན་ཐོགས་གང་ཡོད་ཤོད་དང་།
 བཤད་རྒྱ་ཡོད་དམ། སྤྱོད་གསོ་ལ་ཆ་རྒྱས་ཡོད་མཁན་ཞིག་གིས་དོས་ལ་འབྲུམ་
 རམས་པ་གཅིག་གི་ཡོན་ཏན་གྱི་བརྒྱུ་ཆ་གཅིག་ཀྱང་སྤྱོད་དགོ་བཤེས་དང་།
 མཁན་པོ་ཡིན་ཟེར་མཁན་དེ་ཆོ་ལ་ཡོད་མ་རེད། འབྲུམ་རམས་པ་དང་། རབ་
 འབྲུམས་པ་དེ་དག་སྤྱོད་གྲུ་ནས་ཐོན་ཆེས་སོ་སོའི་རང་འབྲིས་གྱི་ལས་ཀ་ང་
 ཡིན་དེ་སྤྱོད་བཞིན། རྒྱལ་ཁབ་དང་མི་དམངས་ལ་ཞབས་འདེགས་ཁུ་བཞིན་

ཡོད་རེད། གྲུ་བཅུན་དགོན་པའི་ནང་དུ་བཞུགས་པ་དེའི་ལས་འགན་ནི། མི་
 དམངས་ཀྱི་བསམ་སྒྲོ་དཀའ་ངལ་སེལ་རོགས་ཀྱི་ལས་ཀ་སྟེ། ནད་པ་ལ་རིམ་
 གྱི། གཤིན་པོ་ལ་བསྐྱོ་སྟོན་བྱེད་མཁན་རེད། ཁྱོད་ཚོས་དེ་དག་ལ་ཞབས་ཞུ་
 གྱུ་བ་བཞིན་ཡོད་དམ། ཁྱོད་རང་ཚོ་རབ་དུ་བྱུང་ཞིང་ཚོས་སྟོར་ཞུགས་པའི་
 ཉིན་དེར་དམ་བཅའ་གང་བྱས་ཡོད། བཞུན་པ་དང་འགྲོ་བའི་དོན་དུ་རང་
 དོན་སྟོས་བཏང་རྒྱ་ཡིན་བཤད་ཡོད་པ་ལས། ང་དགོན་པའི་ནང་དུ་ཞུགས་པ་
 དང་དགོན་དཔོན་བྱེད། མི་དམངས་ལ་བཀའ་སྟོབས་གནང་། རོ་དམ་བྱེད་
 བཀྱི་ཡིན་ལས་ཡོད་མ་རེད།

དོན་ཚན་གསུམ་པ། ང་ཚོ་ལ་སྟོར་མོ་དང་རྒྱངས་འཁོར་ཡག་པོ་ཡོད་པར་
 ཁྱོད་རང་ཚོ་མ་དགའ་ན་སྟུག་གྱོང་རེད་ཅེས་བཤད་པ་ནོར་འབྲུལ་རེད། དེའི་
 ལན་དུ། ཁྱོད་རང་གི་བཤད་སྟངས་འདི་སྒྲ་མའི་དྲི་ཅིམ་ཡང་མི་དྲོ་བ་ཞིག་གི་
 སྐད་ཆ་བཤད་སྟངས་རེད། ཚོས་གོས་གྱོན་ཞིང་སྐད་ཆ་འདི་འདྲ་བཤད་པ་ནི་
 སྟོན་པ་ཐུབ་པའི་དབང་པོ་ལ་དམའ་འབེབས་ཤིག་རེད། མི་སྒུ་ལའང་རྒྱ་ནོར་
 དཔལ་འབྱོར། མོ་ཏ་གང་འདྲ་ཞིག་ཡོད་ན་འགྲིག་གི་རེད། འོན་ཀྱང་གྲུ་གོས་
 ཤིག་གྱོན་ནས་ང་ཚོ་ལ་མོ་ཏ་ཡོད། འཛོན་ཐང་ཡོད་པ་རེད། ཁྱོད་རང་ཚོ་ལ་
 མེད་སྟུག་གྱོང་རེད་ཟེར་བ་དེ་འོས་སམ། མི་དམངས་དང་འགྲན་ཚོད་ཀྱི་སྐད་
 ཆ་རེད། ཁྱོད་རང་ལ་འཛོན་ཐང་ཡོད། མོ་ཏ་ཉོས་ན་འགྲིག་གི་རེད། འོན་
 ཀྱང་གཟན་ཤམ་དེ་མར་ཐུད་ནས་སྤྱི་བོ་ཚོ་དང་འགྲན་ཚོད་བྱས་ད་གཟོད་
 སྐད་ཆ་དེ་བཤད་ཆོག་པ་ཞིག་རེད། སངས་རྒྱས་ལྷ་ཀྱུ་ཐུབ་པ་བྲིམ་ནས་བྲིམ་
 མེད་པ་རབ་དུ་བྱུང་བ་དེ་ལ་དགོས་པ་ཡོད་རེད། ལྷ་ཀྱུ་ཐུབ་པ་རྒྱལ་པོའི་སྒྲས་
 ལ་ཆ་ཁྱེན་དེ་དག་མ་འཛོམ་པ་ཞི་ཡིན།

དོན་ཚན་བཞི་པ། ཐོད་ཀྱི་ཚོས་དེ་འཛོམ་བྱ་སྤྱིང་ལ་ཉི་མ་ཤར་བ་ལྟར་ཐུབ་
 ཡོད་ཟེར་རྒྱན་ཆེན་པོ་རེད། དེའི་ལན་དུ། ཁྱོད་རང་གི་འཛོམ་སྤྱིང་ཟེར་བ་
 དེ་ཅི་ཅིམ་ཡོད་པ། གང་ལ་ཟེར་བ་མ་ཤིས་པར་འདྲ། ངས་སའི་གོ་ལ་བསྟོར་

ར་བརྒྱབ་ནས་སྤྱི་ཡང་ནང་ཆོས་ཁྱབ་ཡོད་པ་མ་མཐོང་། ཨ་རི་དང་། ཡོ་རོབ་
ལུང་པའི་ནང་དུ་རྒྱ་གར་བལ་ཡུལ་ལ་འཛོལ་ཏེ་ན་མ་རག་ནས་ཡོང་པའི་རང་ཁ་
རང་གསོས་རྒྱས་ཅམ་གྱི་ཆོས་ཆོགས་ཐབས་ཆགས་ཁ་ཤས་མ་གཏོགས་མཐོང་
མ་བྱུང་། རྒྱལ་ཁབ་གྱི་སྤྱི་དོན་སྦྱོར་མཁན། བོད་མི་དམངས་ཀྱི་སློམ་དོན་སྦྱོར་
མཁན་གྱི་ཆོས་ཆོགས་རྒྱབས་ཆེན་པོ་དེ་འདྲ་མཐོང་ཐོས་གཉིས་ཀ་མ་བྱུང་།
ཁྱོད་རང་རབ་བྱུང་ཡིན་ན་རྒྱ་ནང་དེ་འདྲ་མ་བཤད་མ་གཏོགས་ཕམ་པ་མ་བྱུང་
ནའང་ཉེས་བྱས་གྱི་གས་སུ་འགོ་ངེས་རེད། རང་ཆོས་འཛམ་གུ་སྤྱི་ལ་ཁྱབ་
པ་ཕར་ཞོག །ཁྱིམ་དུ་འོ་གོང་ལའང་ས་ཟིན་ཞིང་མི་འདུག །དེར་དུས་སྤང་
ལམ་ཐམས་ཅད་ནང་དུ་སློག་མིག་བཅུགས་ཡོད་པ་མ་ཤེས། ཆོང་ཁང་ནང་དུ་
རྒྱ་བྱེད། བྱུང་མེད་ལ་འཕྲོ་ཆེད་བྱེད། རྒྱུ་རེས་དང་རྒྱུ་རེས་བྱེད་མཁན། བྱ་
སྤྱོད་རྒྱག་ཆོད་བྱེད་མཁན་དེ་གྲགས་ཤིང་པ་དེ་དག་མ་མཐོང་ངམ།

དོན་ཆོན་ལྟ་པ། བོད་ལ་ཆོས་མེད་ན་གཞན་གང་ཡང་ཡོད་མ་རེད།
བོད་ལ་ཞི་བདེ་ཡོང་བ་ཆོས་ཀྱི་བཀའ་དྲིན་རེད་ཅེས་ཟེར་བ་དེ་ནོར་འཁྲུལ་
རེད། དེའི་ལན་དུ། བོད་ལ་ད་ལྟའི་བར་དུ་ཆོས་ཡོད་ཀྱང་དེས་ཕན་ཐོགས་
གང་བྱུང་ཡོད། སྤྱི་ལོའི་དུས་རབས་བཅུ་གསུམ་པའི་དུས་དཀྱིལ་སྤྱི་ལོ་༡༩༥༥
ལོར་སོག་རྒྱལ་ཁུ་པི་པི་ཡིས་འགོ་མགོན་ཆོས་རྒྱལ་འཕགས་པ་ལ་བོད་ཆོལ་ཁ་
གསུམ་གྱི་དཔོན་དུ་བསྐོས་པ་ནས་སྤྱི་ལོ་༡༩༥༩ལོའི་བར་ལོ་བདུན་བརྒྱ་ཅམ་གྱི་
རིང་ལ་སྤྱོད་མས་སྤྱོད་དབང་བཟུང་ཉི་ལམ་ཀ་བྱས་པ་རེད། བོད་ཀྱི་སྤྱོད་འབྱོར་
རིག་གསུམ་ཆོང་མ་མེད་པ་བཟོ་མཁན་ཆོས་ལུགས་པ་རེད། དེ་ཆོས་ལུགས་ཀྱི་
ལྟ་བ་ལས་བྱུང་བའི་འབྲས་བྱ་རེད། དེར་དུས་ཀྱང་གོའི་རྒྱལ་ཁབ་ནང་དུ་མི་
རིགས་ལྟ་བུ་ད་དུག་ཡོད་རེད། སྤང་ཐོས་དང་རྒྱག་ཐོས་དེ་བོད་རིགས་རེད།
བོད་རིགས་མ་གཏོགས་པའི་མི་རིགས་གཞན་པ་ཐམས་ཅད་ས་གནས་རང་གི་
ནོར་སྤྱོད་ཀྱིས་རང་སྤྱོད་རང་སྤྱོད་བྱེད་ཐུབ་ཅིང་ཡོད་རེད། བོད་ལ་བརྒྱ་ཆ་
བརྒྱད་ཅུ་དེ་རྒྱལ་ཁབ་ནོར་སྤྱོད་ཀྱིས་རིགས་རམ་བྱེད་དགོས་པ་ནི་མདོན་སུམ་
ཆོད་མ་རེད། སྤྱོད་གྲ་ཆེན་པོར་འགོ་དགོས་ན་ཞིང་ཆེན་སོ་སོའི་ཆོད་གཞི་མི་

འདྲ་བ་ཡོད་རེད། སློབ་ཁྲུགས་སྐར་མ་དེ་མཐོ་ཤོས་ལ་བརྟན་བརྒྱུ་ལྟག་དང་།
 དམའ་ཤོས་ལ་ལྷ་བརྒྱུ་ཡན་ཆད་མེད་ན་སློབ་གྲྭ་ཆེན་མོ་ལ་ཁྲུགས་སྤྱོད་ཀྱི་ཡོད་
 མ་རེད། བོད་ལ་དེའི་ཆ་རྒྱུན་འཛིན་སྤྱོད་མཁན་གཅིག་གྱུར་མེད་སྟབས།
 དམིགས་བསལ་བོད་སྤྱོད་སྐར་མ་ཟེར་བ་ཞིག་བཟོས་ཏེ་སྐར་མ་སྤྲུལ་བརྒྱ་
 ཡས་མས་ཅམ་གྱིས་སློབ་གྲྭ་ཆེན་མོར་ཁྲུགས་ཆོག་པར་བཟོས་ཡོད་པ་རེད།
 གྱུར་གྱི་གྲངས་ཉུང་མི་རིགས་ནང་དུ་ཆོས་ལུགས་དར་བྱུང་ཆེ་ཤོས་བོད་རེད།
 དེས་བོད་ཀྱི་སྤྱི་འཕྱོར་རིག་གསུམ་དར་རྒྱས་འགོ་བ་ལ་ཕན་གང་ཐོགས་ཡོད་
 འདུག་ལེགས་པར་སོམས་ཤིག །ལོ་རྒྱུས་ཐོག་དུ་བོད་ལ་ཆོས་དར་བ་རེད།
 ལྷ་མ་མང་པོ་བྱུང་བ་རེད། སྤྱི་ལོའི་དུས་རབས་བརྒྱ་གཉིས་པའི་ནང་དུ་ཕག་
 མོ་གྲུ་པའི་རི་བོད་པ་གྲུ་བྱི་ཆོ་མང་པོ་བྱུང་ཡོད། དུས་རབས་བརྒྱ་གསུམ་པའི་
 སྤྱི་ལོའི་དུས་རབས་བརྒྱ་བརྟན་པའི་ནང་དུ་ཀམ་པའི་སྐར་ཆེན་ནང་གྲུ་པ་བྱི་ཆོ་ལྷ་དུག་
 བྱུང་ཡོད། དེས་བོད་ཀྱི་སྤྱི་འཕྱོར་རིག་གསུམ་ཕན་གང་ཐོགས་ཡོད། དེ་དག་
 ཐམས་ཅད་ནང་འབྲུག་བྱས་ཏེ་འབྲི་གྲུང་རི་པ་བྱི་ཆོ་ཁ་ཤས་འདས་གྲོངས་སྤྱན་
 པ་རེད། དབུས་གཙང་འབྲུགས་སྐབས་བཀའ་དགའི་བར་ལ་འགལ་བ་ལངས།
 སྤྱི་མེར་བྱི་བརྟན་བརྒྱུད་ཅམ་དམག་འབྲུག་ནང་དུ་འདས་གྲོངས་སྤྱན་པའི་
 སྐར་བོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་ཡིག་ཚང་ནང་དུ་གསལ་བོར་འཁོད་ཡོད་རེད། ནང་ཆོས་
 གྱིས་སྤྱི་ཚུགས་ཞི་བདེ་ལའང་ཕན་ཐོགས་གང་ཡང་བྱུང་མི་འདུག །རྒྱ་མི་
 བཤད་རྟགས། ནང་ཆོས་ལ་བརྟེན་ནས་བོད་ལ་ཞི་བདེ་གང་ལ་བྱུང་ཡོད། ས་
 འབྲི་འབྲུག་པ་དང་། བཀའ་དགའི་འབྲུག་པས་བོད་མི་སྤྱི་མེར་འབུམ་སྤྲུལ་མང་
 པོ་དངོས་བརྒྱུད་གཉིས་ནས་འདས་གྲོངས་སྤྱན་པ་དེ་ནང་ཆོས་ཀྱི་ཞི་བདེ་ཞི་
 རེད། དེ་ཆོ་ཆང་མ་བོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་ཡིག་ཚང་ནང་དུ་འཁོད་པ་ཤ་སྟག་རེད།
 ཁྱོད་རང་གིས་བོད་དམངས་ཆོ་མགོ་བསྐྱོར་བའི་ཆེད་དུ་ནང་ཆོས་ཀྱི་ཞི་བདེ་
 ཡོང་ཡོད་པའི་སྐར་གསུང་དགོས་ན། དང་པོ་བོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་ཡིག་ཚང་ཐམས་
 ཅད་མེར་བསྟེགས་ཤིང་དེ་ནས་གསུང་རྟགས་ལྟ། བོད་བཙན་པོ་སྐབས་སུ་

ཞི་ཤའི་ཡའི་ཡུལ་འདིར་འཛམ་གླིང་སྐྱམ་གཉིས་ཐུ་སྟོང་བཅན་པོའི་མངའ་
འོག་ཏུ་བསྐྱུས་པ་རེད། ཕྱི་ཡི་དགྲ་འདུལ། ཉང་གི་གཉེན་བསྐྱུངས་ནས་དེར་
དུས་ཕྱི་རྒྱལ་གྱི་ཡིག་ཚང་འགའི་ནང་ཏུ་ཐུ་སྟོང་བཅན་རྒྱལ་ཁེས་འཁོད་ཡོད་
པ་དེ་སྐྱུ་བོའི་དམག་གིས་མཛད་སྤྱོད་རེད། འགོ་མགོན་ཆོས་རྒྱལ་འཕགས་པ་
ནས་དགའ་ལྷན་སོ་བྱང་གི་མཆུག་བར་ལོ་ངོ་བདུན་བརྒྱ་ཅམ་ཞིག་སྤྲུལ་ས་
སྤྱིད་བསྐྱུངས་པ་རེད། ཁ་ཕར་བསྐྱོར་ནས་བྱི་གཅིག་ལ་ངོ་ཞིག་སོགས་ཡོད་
མ་རེད། ཁ་ཚུར་བསྐྱོར་ནས་ནང་འབྲུག་ཤ་སྟག་གིས་ས་སྐྱུས་སོག་དམག་བྱིད།
དགེ་ལྷན་པས་མན་རྩའི་དམག་གདན་དྲངས། ཤི་བསད་ཁྲག་གི་འཁོར་ལོ་
བསྐྱོར། མཐར་ཕྱི་ལ་རྒྱལ་སྤྱིད་མེད་པ། ཉང་ལ་ཆོས་སྤྱིད་མེད་པ། རྒྱང་ཉོབ་
ཐང་གང་བཟོ་མཁན་དེ་ཁྱོད་རང་ཆོ་ནང་ཆོས་ལག་ལེན་དང་དར་སྤེལ་བྱེད་
མཁན་དེ་ཆོ་རེད།

དོན་ཆོན་དྲུག་པ། ཁ་ཆེ་དང་ཡེ་ཤུའི་ཆོས་ལྷགས་དེ་སྐྱུག་པོ་རེད། བོད་
གྱི་ནང་ཆོས་དེ་ཆོད་ལས་འདས་པའི་བྱམས་དང་སྟོང་རྩེ་ཅན་གྱི་ཆོས་ལྷགས་
ཡག་པོ་ཞིག་རེད་ཟེར་བ་ནོར་འབྲུལ་རེད། དེའི་ལན་ཏུ། བོད་གྱི་ནང་ཆོས་
གྱིས་ཞི་བདེ་མེད་པའི་ནང་འབྲུག་རྒྱན་མི་ཆོད་པ་བྱས་ཡོད་པ་གོང་ཏུ་ཁྲུས་
ཟེན་པ་ལྟར་ཡིན། བོད་གྱི་ནང་ཆོས་བདེན་དྲང་ཅན། མགོ་བསྐྱོར་མི་བྱེད་
མཁན་ཟེར་བ་ངོ་ཆོ་མེད་པའི་སྐད་ཆ་རེད། ཉང་པ་མགོ་བསྐྱོར་མཁན་གྱི་སྤྱི་
མ་ཐག་རིང་པོར་མི་བཤད། རྩ་ཆུ་ཁ་པའི་ནང་པ་ནམས་ལ་བལྟས་ན་ཆོག་པ་
ཞིག་རེད། གཏེར་སྟོན། བྱབ་ཐོབ། སྐགས་པ་སོགས་ཁྲམ་པ་དང་རྩམ་པ་ག་
ཆོད་འདུག །ཁྱོད་རང་གིས་ནམ་མཁའ་ལ་ཡར་བལྟས་ནས་འཛམ་གླིང་
ཟེར་ཞིང་ཡོད་པར་འདྲ། ས་ལ་མར་བལྟས་ན་རྩ་ཆུ་ཁ་དང་། མགོ་ལོག་གི་སྤྱི་
སྤུལ་འདི་ཆོ་མཐོང་ཞིང་མེད་པར་འདྲ། སངས་རྒྱས་ཤུག་ཐུབ་པའི་ན་བཟའ་
མནའ་ཤིང་མནའ་མ་གཉིས་གསུམ་རེ་དང་སྤུ་ལུ་བྱི་སྤུག་བྱིད་བྱིད་བྱེད།
བྱ་མཐོང་ན་བྱ་ལ་རྩོ། བྱ་མོ་མཐོང་ན་བྱ་མོར་རྩོ་ནས་འགོ་མཁན་སྤྱི་མ་ག་
ཆོད་ཡོད། ཁྱོད་རང་སེམས་ལ་གསལ་ངེས་རེད། རྩ་ཆུ་ཁ་པའི་གཤོར་རན་

དེས་ངན་ཤན་ཞུགས་པས་མཐའ་ཡས་དོ་རྗེས་ཡོ་རོབ་ཏུ་འགོ་ནས་སྒོ་ལོ་ག་
འདྲ་འཕྱར་བཞིན་འདུག །སངས་རྒྱས་བསྟན་པ་བཤེགས་ཟེར་བ་འདི་རེད་མ་
གཏོགས་ཀྱི་དང་སྒྲ་རེ་བྱིར་ནས་བཤེག་མཁན་ཞིག་ཡོང་བཀྱི་མ་རེད། མིག་
སྒར་ལ་འང་རྩ་ཆུ་ཁ་པའི་གཏེར་སྟོན་རྩུན་མ་ཞིག་གིས་དོ་རྗེ་སེམས་དཔའ་
སེམས་དཔའ་ཆེ། ཟེར་ནས་གཏེར་རྩུན་ལེན་མཁན་དེ་བྱིད་རང་མཐོང་ངམ།

དོན་ཚན་བརྟན་པ། པོད་ལ་ནང་ཚོས་དར་མེད་ན་མི་རིགས་འདིའི་གཤིས་
ཀ་སྟག་པོ། མི་གསོད་མཁན། རྒྱན་མ། རག་པ། ལྷ་སྟོ་ལྷ་བྱ་མི་གསོན་པོ་བ་
མཁན་ཞིག་གི་མི་རིགས་ཤིག་ལ་འཕྱར་ཉེན་ཆེ་ཟེར་བ་ནོར་འཁྲལ་རེད། དེའི་
ལན་ཏུ། གལ་སྲིད་མི་དེ་རང་གཤིས་སྟག་པོ་དེ་འདྲ་ཞིག་ཡིན་ན། དེའི་ནང་
ཏུ་སྤྲ་མ་བཟང་པོ་ཞིག་ངེ་ལྷར་ཡོང་། བསམ་སྟོ་ཡག་པོ་ཞིག་གཏོང་བཞིན་
གསུངས་རོགས། དེང་སང་མི་གསོད་མཁན་མང་ཆེ་བ་དེ་མི་སྐྱུ་མ་རེད། སྤྲ་མ་
ལྷ་པ་རེད། སྤྱོད་གསེབ་ལ་ནང་འཛིང་ཅན་ཅིག་གིས་མི་གསོད་རེས་བྱེད་
མཁན་ཁ་ཤས་ཡོད་སྲིད་པ་རེད། འོན་ཀྱང་སྐད་གྲགས་ཡོད་པའི་མི་གསོད་
མཁན་ཆོང་མ་སྤྲ་མ་ལྷ་པ་རེད། རྒྱ་གར་ལ་དགེ་བཤེས་སྟོ་བཟང་རྒྱ་མཚོ་
བསད་པ་རེད། གསོད་མཁན་ལྷ་པ་རེད། བྱིན་རུར་ཨ་དགོན་སྐྱལ་སྐྱུ་བསད་
སོང་། གསོད་མཁན་ལྷ་པ་རེད། ཡང་སྡེ་དགའི་ཆོང་པ་འཁོར་བྱ་བསད་པ་
རེད། གསོད་མཁན་རྩ་ཆུ་ཁ་པའི་སྤྲ་མ་རེད། ན་ལོར་ཡང་སེར་ཤུལ་ཏུ་
དགོན་པ་ཞིག་གི་ནང་ཏུ་མི་གསོད་རེས་བྱེད་ཅིང་། སྤྱི་བདེ་ལས་ཁྱུངས་ཀྱིས་
འདྲ་བཟུང་བྱས་སོང་བ་དེ་ཡང་ལྷ་པ་རེད་པ། ངས་བསམ་ན་དེང་སང་སྤྲ་མ་
ལྷ་པ་འདི་དག་དགོན་པའི་ནང་ཏུ་མི་བརྟུང་ཐབས། གསོད་ཐབས་འདྲ་སྤྱོད་
བཞིན་ཡོད་མིན་ནམ་སྟམ།

དོན་ཚན་བརྟུན་པ། སྤྲ་མ་ལ་འཛོན་ཐང་ཡོད། མི་སེར་ལ་འཛོན་ཐང་
མེད་པར་འཁོར་ལོ་སྤོང་བ་ཞིག་བཟུང་བས་ཅི་ཕན་ཟེར་བ་ནོར་འཁྲལ་རེད།
དེའི་ལན་ཏུ། མི་སྐྱུ་རྣམས་ཀྱིས་འཛོན་དང་སྤྲ་མས་འཛོན་པའི་དཔེར་གོང་ཏུ་
བཤད་ཡོད། པོད་བཅན་པོའི་སྐབས་སུ་མི་སྐྱུ་རྣམས་ཀྱི་པོད་སྲིད་ངེ་ལྷར་

བསྐྱུངས་ཡོད། དེ་རྗེས་མི་ལོ་བརྒྱུན་བརྒྱུ་རིང་ལ་སྤྲུམ་མས་སྤྱིད་བསྐྱུངས་པས་
 བོད་གང་འདྲ་ཞིག་བྱུང་ཡོད། མི་སེར་ལ་འཛོལ་ཐང་མེད་ན་གནའ་ནས་ད་
 བར་དགོན་པའི་ནང་གི་སྤྲུལ་ཐམས་ཅད་མི་སེར་གྱིས་ཁ་གསོས་པ་རེད། བྱིད་
 རང་ཚོས་མི་སེར་གྱི་ཟས་ཟ། མི་སེར་གྱི་གོས་གྱོན། ད་རུང་མི་སེར་ལ་འཛོལ་
 ཐང་མི་འདུག་ཟེར་བ་ལས་རྒྱ་འབྲས་མེད་པའི་སྐད་ཆ་རེད།

དོན་ཚན་དགུ་པ། བོད་ལ་འཛོལ་བྱ་སྤྱིང་གི་ཡུལ་བསྐྱོར་སྤྱོད་འབྲམ་ཡོང་
 དོན་ཚོས་རེད་ཟེར་བ་ནོར་འབྲལ་རེད། དེའི་ལན་དུ། རྒྱག་རྒྱན་དང་ཉམ་པ་
 མ་བཤད། འཛོལ་བྱ་སྤྱིང་གི་ནང་དུ་ཡུལ་བསྐྱོར་ཡོང་མཁན་ཉུང་ཤོས་བོད་
 རེད། ཡུལ་བསྐྱོར་ནའང་དགོན་པ་བལྟ་ས་ཁོ་ན་མ་རེད། གནའ་ཤུལ་དང་།
 ཡུལ་ལྗོངས། རི་ཡུང་། ཤིང་ནགས། རྒྱ་དང་མཚོ་ཁྲོ་སོགས་ལ་བལྟ་སར་འགྲོ་
 བཞིན་ཡོད་རེད། བོད་ལ་མཚོན་ན་དགོན་པ་བལྟ་སར་འགྲོ་མཁན་དང་།
 གཟི་ཆ་ཐེ་དགུའི་ཡུང་པ་དང་། འདབ་པ་རྫོང་གི་ཡ་ཐྱིང་ཡུལ་ལྗོངས་བལྟ་
 སར་འགྲོ་མཁན་གང་གི་མང་འདུག་སྟེས་དང་། དངོས་ཡོད་གནས་ཚུལ་ཁས་
 མི་ལེན་པ་ནི་མངོན་སུམ་ཚད་མ་ལ་ངོ་ཚྭ་ལ་རེད། ཨ་རྗེ་རི་ཀའི་ཡུང་པ་ལ་
 ཡུལ་བསྐྱོར་འགྲོ་མཁན་གང་འདྲ་མང་པོ་འདུག། དེ་ཚང་མ་དགོན་པ་བལྟ་སར་
 འགྲོ་མཁན་རེད་དམ། ཡང་ཀ་ཞི་པས། ཡུལ་བསྐྱོར་ཡོང་མཁན་ཚོས་དགོན་
 པ་ལ་པར་ག་འདྲ་ལེན་ཞིང་འདུག། བྱིད་ཚོ་འགྲོག་པ་ལ་པར་ལེན་མཁན་
 འདུག་གམ། སྐྱོར་མོ་སྤྱོད་མཁན་འདུག་གམ་ཟེར། རྒྱན་དང་ཉམ་པ། བྱི་
 རྒྱགས་གྱི་ཡུལ་བསྐྱོར་སྤྱོད་འབྲམ་ཡོང་མཁན་ནམས་ལྟ་དམོ་བལྟ་ས་དང་། པར་
 ལེན་རྒྱ་དགའ་ཤོས་དེ་འགྲོག་པའི་འཚོ་བ་རེད། མི་མང་པོ་ལྟ་སར་པོ་བྲང་པོ་
 ཏུ་ལ་བལྟ་སར་འགྲོ་བ་དེ་ཚོས་མཇལ་མ་རེད། དེ་བོད་ཀྱི་མི་རྒྱ་རྒྱལ་པོ་སྤྱོད་
 བཅོན་སྐམ་པོས་བཞེངས་པའི་པོ་བྲང་རེད། ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་ཤུལ་བཞག་རིག་གནས།
 བོད་ཀྱི་འཇུགས་སྐྱུན་རིག་གནས་གལ་ཆེན་པོ་ཞིག་ལྟེ་མི་རིགས་ཀྱི་གཟི་བརྒྱུད་
 ཅིག་ཆགས་ཡོད་པ་དེ་ལ་བལྟ་ཞིང་ཡོད་རེད།

དོན་ཚན་བརྒྱུ་པ། པོ་ཏུ་ལའི་སྐོ་འཛོལ་པ་སི་ཉེ་རྒྱ་མི་རག་པའི་རྒྱ་

རིགས་ཡུལ་བསྐྱོར་བ་ནམས་ཏུ་བཞིན་ཡོད་རེད་ཟེར་བ་རྩུན་དང་ནོར་འབྲུལ་
རེད། རྒྱག་རྩུན་མ་ལབ། འབྲོག་པ་ནམས་མགོ་མ་བསྐྱོར། བོ་རྒྱ་ལའི་པ་སི་
མི་རག་ནས་ཏུ་མཁན་གང་ནས་མཐོང་། ལུས་ཟེར། ངས་མཐོང་ཐོས་གཉིས་
ཀ་མ་བྱུང་། ཡང་ཀ་ཞི་པས། བོད་ལ་ཆོས་ལུགས་མེད་ཡུལ་སྡེ་དབུལ་པོ་དང་
སྤྱོད་པོ་ཆགས་ངེས་རེད་ཟེར། འོ་ན། ཞ་རིའི་ཡུལ་ལ་ནང་ཆོས་མེད་པས་ཞ་རི་
དབུལ་པོ་དང་། ཡོ་རོབ་ལུང་པ་ནང་ཆོས་མེད་པས་ཡོ་རོབ་སྤྱོད་པོ་ཆགས་
འདུག་གམ། ང་ཆོ་བོད་ལ་ལོ་བརྩན་བརྩུ་ལ་སྒྲ་མས་ཆོས་ཁོ་ན་སྤེལ་བ་རེད།
ད་གང་འདྲ་ཆགས་འདུག །དེ་གཉིས་གོ་བསྐུར་གྱིས་དང་། གང་ཞིག་དར་
རྒྱས་བྱུང་ཡོད་འདུག་སྟེས་དང་། སྤྱི་རྒྱལ་གྱིས་སྤྱི་རོལ་ཡུལ་གྱི་དངོས་པོ་ལ་
ཞིབ་འདུག་བྱས། ཆོན་རིག་དར་རྒྱས་སོང་ནས་ད་ལྟ་ཟླ་བའི་དཀྱིལ་འཁོར་
ཐོག་ཏུ་འགོ་བྱུང་བ། ནམ་མཁའ་ལ་འཕུར་བའི་གནམ་གྲུ། ས་ཐོག་ན་རྒྱག་
མཁན་མེ་འཁོར་དང་མོ་ཏུ་སོགས་གང་ལ་གང་མཁོ་ཐམས་ཅད་བཟོ་བྱུང་བ་
བྱུང་ཡོད་པ་རེད། ང་ཆོ་ལོ་སྟོང་ཕྲག་ལ་ཆོས་བསྐྱབས། ནང་གི་སེམས་ལ་
ཉམ་ལེན་བྱས་ནས་འབྲས་བྱ་གང་ཐོབ་ཡོད། ལུ་སངས་རྒྱས་འདུག །ལུ་བྱུང་
པ་ཐོབ་འདུག་སྟེས་དང་། ཡིག་ཆ་དག་ཏུ་འཁོད་པ་ལྟར་ན་ལོ་སྟོང་ཕྲག་
ཅམ་གྱི་རིང་ལ་འབད་བཅོན་བྱས་པས་མི་གཅིག་ཁོ་ན་བྱུང་བ་ཐོབ་ཡོད་པ་ནི་
མི་ལ་རས་པ་རེད། དེའང་ཡིག་ཆའི་ནང་གི་རྒྱུང་གཏམ་དང་འདྲེས་མ་ཞིག་
རེད། གཞན་གྱི་བྱུང་འབྲས་གང་ཐོབ་ཡོད།

དོན་ཆོན་བཅུ་གཅིག་པ། འབྲོག་པས་འཁོར་ལོ་དང་སྤང་བ་བགྲངས་
པ་ཅམ་ལས་ཆོས་རྒྱབ་ཤེས་ཤིང་མི་ཤེས་སྤྱབས་སྟོང་ཉིད་རྟོགས་མཁན་མེད་
ཟེར་བ་ནོར་འབྲུལ་རེད། དེའི་ལན་ཏུ། ཁྱོད་རང་ཆོ་ག་བཅུན་ནང་ལ་སྟོང་
ཉིད་རྟོགས་མཁན་སུ་ཡོད་གསུང་དང་། ངས་གོང་ཏུ་ཁྱས་པར་བཞིན། ལོ་
སྟོང་ཕྲག་ཅམ་གྱི་རིང་ལ་མི་ལ་རས་པ་ཁོ་ན་རེད། དེ་ཡང་བདེན་རྩུན་མ་ངེས་
པ་རེད། འབྲོག་པས་ཆོས་བསྐྱབས་པ་དེ་ལྟག་བསམ་ནམ་དག་གིས་སྟོན་ནས་
དད་པ་བྱེད། སྟིང་རྗེ་བྱེད་ནས་འཁོར་བསྐྱོར། སྤང་བ་བགྲངས་པའི་ལས་དེ་

ཀྱུ་སྒྲིང་ནམ་པ་དག་པ་རེད། ཁྱོད་རང་ཚོ་འབྲོག་པའི་དང་བས་དང་དགོར་
བས་བ། དགོན་པའི་ནང་དུ་བ་ཉལ་བྱེད། སེམས་ནང་དུ་ཉོན་མོང་དུག་ལྡ་
བསྐྱེམས། བསྐྱེམས་པས་སྤྲུམ་མའི་ཞལ་རས། ཡིད་ལ་འཁོར་རྒྱ་མི་འདུག ལ་
བསྐྱེམ་བྱམས་པའི་ཞལ་རས། ཡིད་ལ་ལེ་ལེ་ལེ་ལེ། ཟེར་བ་དེ་རེད། ཁྱོད་
རང་ཚོ་འོ་ཚོས་དེ་སྒྱུར་བ་དཀར་ལ་བསམ་པ་ནག་ཟེར་བ་དེ་རེད། འབྲོག་པ་
བ། འབྲོག་པ་འཁྱུང་། ད་དུང་འབྲོག་པ་ལ་མཐོང་རྒྱུ་བྱེད་མཁན་ཁྱོད་དང་
ཁྱོད་ལྟ་བུ་ནམས་ནི་རྒྱ་འབྲས་འཆོལ་རྟོག་བྱེད་པའི་སྣེ་བྱིན་གྱི་རྩིས་འབྲང་
མ་ཞོར་བ་རེད།

དོན་ཚན་བརྩུག་ཉིས་པ། ཁ་ནས་གང་བཤད་གྱི་ཚད་གཞི་འཛིན་ས་
འཛམ་བུ་གླིང་ཁོ་ན་བཤད་པ་ནི་ངོ་ཚ་མི་ཤེས་པའི་དགྲོགས་གཏམ་བཤད་པའི་
ཞོར་འབྲལ་རེད། དེའི་ལན་དུ། གཏམ་ཚིག་གསུམ་བར་ན་འཛམ་བུ་གླིང་
ཞེས་ཀྱང་ཡང་བཤད་པ་ནི། འབྲོག་པའི་སྤྱན་ན་མཁས་མདོག་བྱེད་པའི་སྒྲོབ་
ཉམས་ཞིག་རེད། འཛམ་བུ་གླིང་གི་འཆོ་བའི་གནས་སྤང་ལྟ་ཅི། རྒྱལ་ཁབ་
དང་མི་རིགས་ཅི་ཅམ་ཡོད། དབྱར་དགུན་གྱི་འགྱུར་བ་གང་འདྲ་ཡིན་ཏེ་
གོ། ཁྱོད་རང་གི་མིག་མདུན་ན་ཡོད་པའི་རྩ་རྒྱ་ཁ་དང་། མགོ་ལྷག་གི་ནང་
ཚོས་པ་དེ་དག་གི་ཀྱུ་སྒྲིང་། བསམ་སྒྲོ་གང་འདྲ་ཡོད་པ་ཉམས་ཤིག །

དོན་ཚན་བརྩུག་སྐུམ་པ། བོད་ལ་ནང་ཚོས་མེད་ན་སྤྲོན་ཅིས་རིག་གནས་
ཡོད་མ་རེད་ཟེར་བ་ཞོར་འབྲལ་རེད། དེའི་ལན་དུ། བོད་རང་གིས་རང་ལ་
མཐོང་རྒྱུ་དེ་འདྲ་བྱེད་པ་ནི་ཁྱི་ཆུ་ཞིག་གི་བསམ་པ་ལས་སྤྱག་པ་ཞིག་རེད།
ལྷོ་ལོའི་དུས་རབས་བདུན་པའི་ནང་དུ་རྒྱ་གར་ནས་ནང་ཚོས་ཐོག་མར་བོད་
ལ་དར་བ་རེད། དེའི་སྐབས་སུ་བོད་ལ་སྤྲོན་དང་ཅིས་ཀྱི་རིག་གནས་ལག་ལེན་
དང་བོད་སྒྲིང་བྱས་ནས་ལོ་སྒྲིང་སྤྱག་ཁ་ཤས་འདས་ཟིན་པ་རེད། ལྷོ་ལོའི་སྒྲོན་
གྱི་ལོ་ངོ་སྒྲིང་སྤྱག་ལྷག་གི་དུས་ནས་དྲུང་སྒྲིང་དབྱེད་བྱ་བྱི་ཤེས་ནས་བརྒྱུད་
པའི་གནའ་བོའི་ཞང་ཁྱུང་གི་གསོ་བ་རིག་པ། ཆུ་མོ་བལ་མའི་ལྷ་ཅིས་དང་།
ཞང་ཁྱུང་ཆས་བོའི་རག་ཅིས་སོགས་ད་ལྟ་ཡང་ང་ཚོས་བོད་སྒྲིངས་སྤྲོན་ཅིས་

ཁང་གི་ལོ་ཐོའི་ནང་བེད་སྤྱོད་བྱེད་བཞིན་པ་འདི་དག་རེད། སངས་རྒྱལ་གྱི་གསུང་རབ་ཐོད་ཡིག་དུ་བརྒྱུར་བ་སི་དུ་ཆོས་ཀྱི་འབྲུང་གནས་ཀྱིས་ཚུགས་བསྐྱེགས་བྱས་པའི་བཀའ་འགྱུར་ཤུ་ཉི་བརྒྱ་ཡོད་རེད། དེ་ལ་སྤེལ་གཞིའི་ཤིང་སྤར་ནང་དུ་རྟིང་རྒྱུད་ཤུ་ཉི་གསུམ་ཡར་བརྒྱན་པས་ཐོད་བརྒྱ་དང་གསུམ་ཡོད་རེད། དེའི་ནང་དུ་གསོ་རིག་གི་སྒྲོར་ལ་ཤོག་ངོས་ཅམ་ཡང་མེད་པ་རྒྱལ་བལྟས་ཀྱན་གསལ་རེད། ཐོད་ལ་ནང་པའི་ཆོས་དང་འབྲེལ་བའི་གསོ་རིག་ཅིག་གང་ན་ཡོད།

ཡང་ཀ་ཁི་པ་ན་རེ། ཐོད་ཀྱི་ཐང་ཀ་དང་། ལྷ་སྤྱ་འདི་དག་ལྷ་ཁུ་རིན་ཐང་ཆེན་པོ་འཇམ་བུ་སྤྱིང་ན་ཡོད་མ་རེད་ཅེས་ཟེར། རོ་ཆ་མེད་པའི་བླུན་གཏམ་དེ་འདྲ་མི་བཤད་པའི་རེ་བ་ཡོད། ཐོད་ཀྱི་ཐང་ཀ་ཀྱང་བློན་པོ་མཐོ་དམན་ཅམ་ཞིག་གིས་ན་དུས་ཆོད་ཟླ་བ་གཅིག་ཅམ་འགོར་ངེས་རེད། བཙོང་ན་སྒྲོར་བྱི་གཉིས་ཡས་མས་ཅམ་རེད། དེ་ལ་བྱིན་རྒྱབས་ཡོད་རེད་ཟེར་ནས་སྒྲོར་ས་ལ་ཁ་ཤས་སྤོད་མཁན་སྤྱ་གང་ཡོད་མ་རེད། རྒྱ་ནག་ལྷང་པའི་རྒྱ་ཆན་ཡིག་གཟུགས་གིས་ཅལ་པ་དེ་དག་གིས་དུས་ཆོད་སྒྲོར་མ་ཁ་ཤས་ཀྱི་རིང་ལ་ཡིག་འབྲུ་གཅིག་གཉིས་རེ་ཅམ་གིས་པ་ལ་སྒྲོར་མོ་སྤོང་དང་བྱི་རག་གི་ཡོད་རེད། གནའ་སྤུ་མོ་གིས་པའི་ཡིག་རྟིང་ཡིན་ན་སྒྲོར་མོ་འབྲུམ་ཕྱག་ཁ་ཤས་སྤྱད་ནས་ཉེ་མཁན་ཡོད་རེད། འབྲོག་པ་མགོ་བསྒྲོར་གཏོང་བའི་ཆེད་དུ་རྒྱན་ཕྱགས་མེད་མི་གསུངས་རོགས་ཞུ།

དོན་ཆོན་བརྒྱ་བཞི་པ། ར་ཆོ་ཐོད་ལ་འཛོན་ཐང་ཡོད་མཁན། འཇམ་སྤྱིང་གི་མི་གལ་དུ་རྒྱུད་མཁན། མཐོན་པོའི་གལ་དུ་འདུག་མཁན་དེ་རྣམས་དགོན་པའི་ནང་ནས་ཡོང་བའི་བླ་མ་གྲུ་པ་མ་གཏོགས་ཡོད་མ་རེད་ཟེར་བ་ནོར་འབྲུལ་རེད། དེའི་ལན་དུ། བྱོད་སྤྱད་པའི་ནང་དུ་རྒྱ་འཇུལ་མེད་ན་ལེགས་པར་དཔྱད་དང་། འཇམ་བུ་སྤྱིང་གི་དཔོན་རིགས་གལ་དུ་རྒྱུད་མཁན་ནི་ཐོད་པ་སྤྱ་ཡང་ཡོད་མ་རེད། བྱི་རྒྱལ་དུ་ཡོད་པའི་ཐོད་རིགས་ཁག་གཅིག་ཡོད་པ་དེ་དག་ནི་སྤྱ་པ་དང་། སྤྱོང་མོ་བྱེད་མཁན་ཤ་སྟག་རེད། འཇམ་བུ་

སྒྲིང་གི་ནང་ལ་ཚོས་ལུགས་པ་སྒྲོང་མོ་བྱེད་མཁན་དེ་བོད་ཀྱི་སླ་མ་མང་ཤོས་
 རེད། དེ་དངོས་ཡོད་གནས་ཚུལ་རེད། གྲུང་གོའི་རྒྱལ་ནང་ལ་རྒྱལ་ཁབ་རིམ་
 པའི་ཐོབ་ཐང་ཡོད་མཁན་བོད་རིགས་མི་དཔོན་བཞི་ལྔ་ཞིག་ཡོད་པ་དེ་དག་
 ལས་འཕགས་པ་ལྷ་མ་ཡིན་པ་གཞན་དག་ཚང་མ་མི་སྟུ་རེད། ཞིང་ཆེན་རིམ་
 པའི་དཔོན་རིགས་རྣམས་ལས་ཉི་ཤུ་སྟུམ་ཅུ་གང་ཡོད་ན་དེ་དག་ཐམས་ཅད་
 མི་སྟུ་རེད། སླ་མ་གྱི་པ་གཅིག་གྲུང་ཡོད་མི་འདུག །འཛམ་བུའི་སྒྲིང་གི་མཐོན་
 བོའི་གལ་ཏུ་སྤོང་མཁན་གྱི་སླ་མ་གྱི་པ་ཞིག་གང་ན་འདུག །ཡང་ན་བྲིན་ཏུ་ཁྱེ་
 སྒྲིང་གི་སླ་མ་དང་། གྱི་པ་གྱི་རྒྱ་རྒྱ་གསུམ་བྱེད་ནས་འགོ་མཁན་དེ་དག་ལ་
 ཟེར་རམ། འབྲུམ་རམས་པ་ལ་དམའ་འབེབས་མ་བྱེད། འབྲུམ་རམས་པའི་
 ཡོན་ཏན་གྱི་ཆོད་གཞི་དེ་དག་བཤེས་དང་མཁན་པོ་བརྩུ་ལའང་ཡོད་མ་རེད།
 རྒྱས་མེད་པས་གང་བྱུང་ཡོན་ཏན་ལ་མཐོང་ཆུང་གི་སྐྱད་ཆ་བཤད་མོད་པ་དེ་
 སླ་མ་གྱི་པའི་མཐོན་ཉིད་རེད། བོད་ཀྱི་སྤྱིང་འཕྱོར་རིག་གསུམ་འབེལ་རྒྱས་
 ཐད་ལ་ཁོ་རང་ཆོ་རང་རང་གི་ཆེད་ལས་དང་བསྐྱན་པའི་འོས་འགན་རེ་སྟུབ་
 བཞིན་ཡོད་རེད། བྱོང་རང་ཆོ་དག་བཤེས་དང་མཁན་པོ་དེ་ཆོ་མི་རབས་
 བྱས་མི་བརྒྱུད་དེ་མི་སེར་མགོ་བསྐྱོར་གཏོང་བཞིན་ཡོད་པའི་རན་ལོང་ཆགས་
 ཡོད་ལྟར། འདི་ལྟ་བུ་མི་དམངས་ལ་མགོ་བསྐྱོར་གཏོང་བའི་གཏམ་འཆལ་
 ཁོ་ན་བཤད་ཅིང་རྒྱས་འདའ་བཞིན་ཡོད་པ་རེད། རྒྱས་དང་། ཡོན་ཏན་མེད་
 གྲུང་སྒྲུང་གྲུང་ལུན་པའི་རྒྱ་སླ་དེ་ཆོ་རྒྱ་ཡུལ་འགོ་ནས་མགོ་བསྐྱོར་རི་ལྟར་བྱེད་
 ཅིང་ཡོད་པ་དང་། འཛོན་ཐང་མེད་པའི་སླ་གྱི་དེ་ཆོས་བོད་ནང་ཏུ་མགོ་
 བསྐྱོར་ཆུང་ཏུ་ཅམ་བཏང་། ཞིང་པ་དང་འབྲོག་པ་ཆན་པོ་རྣམས་ལ་ཞེད་སྤང་
 བསྟུལ། དཔུལ་བའི་སྒྲུང་དང་། ཡི་དྲུགས་ཀྱི་སྒྲུང་བཤད་ནས་བསྐྱད་ཡོད་པ་
 གལ་ཆེ་རེད། དེ་སངས་རྒྱས་ཆོས་ལུགས་དང་མཐུན་ནམ། དག་སྤྱིག་གང་
 ཡིན་ལེགས་དཔྱད་མཛོད། །

མཁུག་ཏུ་སྟུགས་རྩེ་ཆེ་ཞུ་དགོས་ཞིག་ནི། བྱོང་རང་དག་བཤེས་དང་སླ་མ་
 གང་ཡིན་ཡང་ང་ལ་སྤྱི་ཆོགས་ཀྱི་གནས་ཚུལ་སྐོར་ལ་བསམ་སྟོན་གཏོང་དགོས་

པ་དང་། དབྱུང་བཟོད་བྱ་དགོས་པའི་དུན་སྟོང་དང་སྐུལ་སྟོང་ཞིག་གནང་
བར་སྤྱགས་རྗེ་ཆེ། བྱོད་རང་གིས་འགྲོག་པ་རྣམས་ལ་བཀའ་བཀྲོན་གྱི་སྐྱ་སྐམ་
འདི་མེད་ན། ངས་དེང་དུས་སྤྱི་ཚོགས་ཐོག་དུ་སྐྱ་མ་རྣམས་ཀྱིས་འདི་ལྟ་བུའི་
ཉམ་པའི་སྒོ་ནས་མི་མེར་ལ་དམའ་འབེབས་དང་། བརྟན་བཅོས་བྱེད་བཞིན་
ཡོད་པ་ཉམ་གོ་པ་རེད། བྱོད་ཀྱིས་གནང་བའི་བཀའ་སྟོབ་ཆ་ཆང་དེ་བོད་ཀྱི་
མི་དམངས་ལ་དམའ་འབེབས་དང་། འབྲུམ་རམས་པ་ལ་སོགས་མཁས་པ་
རྣམས་ལ་དམའ་འབེབས། བོད་ཡར་རྒྱས་འགོ་བའི་བཀའ་དྲི་ཞིག་ལས། བོད་
ཀྱི་སྤྱི་ཚོགས་ལ་ཕན་པ་ཡོད་པའི་ཚོག་གཅིག་ཀྱང་གོ་མ་བུར་། དེས་ན་བྱོད་ཀྱི་
སྐད་ཆ་དེ་མགོ་ནས་མཆུག་བར་ཞིབ་དུ་ཉོན་ཞིང་ལན་ཁ་གསལ་ཞིག་བཏབ་
ཡོད་པ། འདི་ཡིས་བོད་མི་རིགས་སྤྱི་དང་ལྷག་པར་དུ་གཞིན་ཅུ་རྣམས་ཚོངས་
པའི་གཉིད་ལས་སད། ཚོས་ལྷགས་པའི་ལྷགས་སྟོག་ལས་གྲོལ་བའི་རེ་བ་དང་
སྟོན་འདུན་བྱ། །

ཞེས་པ་དེང་དུས་སྐྱ་ལྟ་རྣམས་ཀྱི་ཉམ་པ་དང་ར་རྒྱལ་འདི་ལྟ་བུ་ཡོད་པ་ནི་ནང་ཚོས་
ཉམས་ལེན་མེད་པའི་རྣགས་སུ་མཐོང་བས་དགེ་བཤེས་ཀྱི་ཞི་རོའ་དེའི་པ་ལ་རྒྱལ་ཁམས་
པ་ལྷན་བསྐྱེད་སྤྱོད་ཚོགས་དེས་གནས་ལྷགས་རང་རོ་སྟོད་པའི་ཞལ་གདམས་འདི་རྒྱ་ནག་
ཁོན་དུའི་གྲོང་གི་ལྟ་རྒྱུབ་མི་རིགས་སྟོབ་ལྟ་ཆེན་མོའི་རང་ཤག་ནས་སྤྱིར་སྤྱོད་པ། །

སླ་མའི་རིགས་དང་མཚན་ཉིད་ཀྱི་དབྱེ་བ་ལ།

020.10.28

གཅིག །སླ་མ་དང་། ལྷ་པ་ཞེས་པའི་མཚན་ཉིད་ནི། རང་གི་སྤང་བྱའི་བསྐྱབ་སྒྲིམ་ཚུལ་བཞིན་དུ་སྤང་ཞིང་། གཞན་ལ་འདྲ་མཉམ་དང་། ལྷ་པ་བཀུར་གྱིས་འབེལ་བ་བྱེད་མཁན་དེ་སླ་མ་དང་ལྷ་པ་འི་མཚན་ཉིད།

གཉིས། སླ་བྱུར་དང་། ལྷ་བྱུར། ཞེས་པའི་མཚན་ཉིད་ནི། རྟོན་པ་དང་དམ་ཚེས་ལ་མི་བསྐྱབ་བའི་དད་པ་ཐོབ་ཅིང་། ལས་འབྲས་ལ་ཡིད་ཆེས་པས་རང་སྦྱོན་མི་སྤྲས་པར་སྦྱ་སར་འབབ་པ་སླ་བྱུར་ལྷ་བྱུར་གྱི་མཚན་ཉིད།

གསུམ། སླ་ལྷག་དང་། ལྷ་ལྷག་ཅེས་མཚན་ཉིད་ནི། རབ་བྱུང་གི་རྟགས་མ་དོར་བཞིན་དུ་མི་དགེ་བ་འཆོལ་ཉྱལ་དུ་སྦྱོད་ཅིང་། ལས་འབྲས་སྤང་མེད་དུ་དོར་ནས་ཆོས་འབག་གྱིན་ཞིང་དད་ལྡན་ལམ་ལྷག་དུ་བྲིད་མཁན་སླ་ལྷག་དང་ལྷ་ལྷག་གི་མཚན་ཉིད།

བཞི། སླ་རྩལ་དང་། ལྷ་རྩལ་ཞེས་པའི་མཚན་ཉིད་ནི། རྩལ་མེད་པའི་ཡུལ་དུ་ཕྱིན་ཅིང་། གནས་སྐབས་ལྷ་གོས་གྱིན་ཞིང་། གཞན་ལ་མདོན་ཤེས་དང་ལྷང་བསྐྱན་བཤད་ནས་དད་ལྡན་མགོ་བསྐྱོར་གཏོང་མཁན་སླ་རྩལ་དང་ལྷ་རྩལ་གྱི་མཚན་ཉིད།

ལྷ་ཆོས་ལྷག་པ། རྩལ་པ། ཞེས་པའི་མཚན་ཉིད་ནི། མདོན་ཤེས་བཤད་ཅིང་གཞན་མགོ་སྐྱོར་མཁན་དང་། རྩལ་པའི་ཆོས་དང་མི་མཐུན་པའི་གོས་དང་། སླ་ཐབ་དཀར་པོ་སྐྱེས་གྱིན་ཞིང་སླ་ཅོག་བཞག་པ་གང་ཞིག །སྤངས་རྟོགས་གྱི་ཡོན་ཏན་གང་ཡང་མེད་པར་གཏིར་རྩལ་བཏོན་ཞིང་། རྩལ་ལྷ་འཆོལ་ཉྱལ་དུ་སྦྱོད་མཁན་ཆོས་ལྷག་པ་རྩལ་པའི་མཚན་ཉིད།

པོད་ཀྱི་ཤེས་ཡོན་ལ་རྣམས་ལ་འབོད་སྒྲུལ།

2019.11.4

ནང་ཚོས་ལ་དད་པ་ཡོད་པའི་སའི་གོ་ལའི་ཐོག་གི་མི་རྣམས་ལ་འབོད་སྒྲུལ་ཞུ་བར། ང་ཚོ་ནི་སངས་རྒྱས་ཤུག་ཐུབ་པའི་ཚོས་ལ་དད་པ་བྱེད་མཁན་ཞིག་ཡིན་སྟབས། ཤུག་ཐུབ་པས་གཏན་འབེབ་བྱས་པའི་ཚོས་ལུགས་དང་འགལ་བའི་སྒོ་ནས་ཚོས་ལོག་གི་བྱ་སྡོད་བྱེད་མཁན་སྤྱུལ་མིང་གྲགས་ཅན་སུ་ཡིན་ཡང་ངེས་པར་དུ་ངོ་ཚྭ་བྱེད་དགོས། སངས་རྒྱས་ཚོས་ལུགས་ལ་ཁ་གཡུག་ནས་དད་ལྡན་མི་དམངས་མགོ་བསྐྱར་གཏོང་མཁན་དེ་ལོ་རྒྱུས་ཐོག་བྱུང་སྡོད་ཡོད་པ་ཞིག་རེད། འོན་ཀྱང་ངོ་ཚྭ་བ་ནས་མེད་པའི་སྤྱི་མ་ལོག་པའི་བྱ་དང་། སྒྲུལ་སྒྲུ་ལོག་པའི་བྱ། ཁོ་ཚོའི་སྒྲུ་འཁོར་རྣམས་སྤྱར་ཡང་སྒྲུལ་སྒྲུ་ངོས་འཛིན་བྱེད་སྒོལ་འདི་ནི་སྤྱི་ལོའི་དུས་རབས་བཅུ་དགུ་པའི་ལོ་རབས་བརྒྱུ་ཅུ་དང་། བརྒྱད་ཅུ་པའི་ནང་རྒྱ་གར་དང་བལ་ཡུལ་ལ་བཅའ་སྡོད་བྱས་པའི་སྤྱུལ་རྣམས་ཀྱིས་བྱས་པ་ཞིག་རེད། སྐབས་དེར་ཁོ་རང་ཚོའི་བོད་ཡུལ་དུ་བཀའ་བཀོད་རྒྱུ་འཛིན་གྱི་དབང་ཤུགས་དེ་ཤོར་ཆར་ནས། སྤྱར་ཡང་བོད་མི་དམངས་རྣམས་མགོ་གཡོག་མགོ་བསྐྱར་བྱེད་ཅིང་རང་རང་གི་འཚོ་བ་སྤྱུལ་ཐབས་གསར་པ་ཞིག་བྱས་པ་རེད། དུས་དེའི་བོད་མི་རྣམས་ལ་ཁོ་ཚོ་ཚོས་ལོག་པའི་གཡོ་འག་ནས་ཐར་ཐུབ་པའི་རིག་གནས་ཡོད་པ་མ་རེད། བཅོས་སྒྱུར་སྒོ་འབྱེད་གྱི་རྒྱུ་ཁྱུ་གུ་ཡངས་སྤྱིད་དུས་འོག་ཆང་མ་པན་ཚུན་འགོ་འོང་ལ་རང་དབང་ཐོབ་པ་རེད། དེ་དང་དུས་མཚུངས་སུ་སྤྱི་ལོག་རྣམས་ཀྱི་ཚོས་ལོག་གི་བྱ་སྡོད་དེ་བོད་ནང་ལ་དར་བ་རེད། སལ་ཆེར་ལོ་ངོ་སུམ་ཅུ་ལྷག་ཙམ་གྱི་རིང་ལ་བོད་རྒྱ་གཉིས་ཀྱི་མི་དམངས་རྣམས་ལ་མགོ་བསྐྱར་གཏོང་ཞིང་ཚོས་ལོག་གི་བྱེད་སྒོ་སྤྱི་ཚུགས་སྤེལ་ནས་རྒྱ་མང་པོ་བྱས་པ་རེད། འོན་ཀྱང་སྤྱི་ལོའི་དུས་རབས་ཉེར་གཅིག་པའི་དུས་འདིར་འཛམ་གླིང་མི་དམངས་ཆང་མ་ཆན་རིག་གི་སྒོ་བ་གསོ་དང་། འཚོ་བ་སྤྱུལ་བའི་སྐབས་སུ་བོད་ནང་དུ་ཡོད་པའི་བོད་རིགས་གཞིན་ཅུ་རྣམས་སྤྱར་དང་མི་འདྲ་བའི་ཆབ་སྤྱིད་དང་། རིག་གནས་

གང་ཅི་ཐད་ནས་ཤེས་རིག་ཡར་རྒྱས་བྱུང་སྟབས། ད་ལྟའི་ཆར་འཛམ་གླིང་གི་གནས་ལུགས་ཤེས་རྟོགས་བྱུང་པའི་མི་རིགས་ཞིག་ཆགས་ཡོང་གི་ཡོད་པ་རེད། དེ་ལས་སྟོན་པ་ཞིག་ནི། སྤྱི་ཚུལ་དུ་ཡོད་པའི་བོད་རིགས་ཁག་གཅིག་ད་དུང་ཡང་བཀའ་བཀོད་རྒྱུ་འདྲིན་གྱི་དབང་སྦྱར་རིང་ལུགས་པའི་བསམ་སྟོའི་ལུགས་སྟོན་ལས་ཐར་བྱུང་ཅིང་མེད་པ་འདི་ཡ་མཆར་བའི་གནས་ཞིག་རེད།

ཐེངས་འདིར་བརྗོད་བྱ་གཙོ་བོར། བཀའ་བརྒྱུད་པའི་བླ་མའི་ཡང་སྲིད་ཡིན་ཟེར་བའི་མཐའ་ལས་རྡོ་རྗེའི་བྱ་དེ་ལྷ་དམར་པའི་ཡང་སྲིད་ཡིན་པ་རྩོམ་འདྲིན་བྱེད་གྲུབས་ཡོད་པ་དང་། དེ་ལ་སྟོན་མར་མཐའ་ལས་རྡོ་རྗེའི་ཁ་གཏད་དུ་གྱུར་པའི་ཨོ་རྒྱུན་སྤྱོད་ལས་རྡོ་རྗེས་བཀའ་བརྒྱུད་པའི་མཐུན་སྦྱིལ་ཆེད་དུ་བྱ་བྱ་དེ་ལྷ་དམར་པའི་ཡང་སྲིད་རྩོམ་འདྲིན་པ་ལ་རྒྱབ་སྦྱོར་བྱེད་ཅིང་ཡོད་པའི་བཤད་སྟོལ་ཞིག་བྱུང་ཅིང་འདུག །གལ་སྲིད་གཏམ་དེ་བདེན་པ་ཡིན་ན། མི་སྐྱེར་དང་། ཆོགས་པ་རྒྱུད་དུ་ཞིག་གི་ཆེད་དུ་བྱ་བྱ་བྱུང་པའི་ཆོས་ལུགས་སྟོས་བཏང་། ལས་རྒྱ་འབྲས་སྟོས་བཏང་། བོད་མི་རིགས་སྟོས་བཏང་། སྟོས་བཏང་ཆེན་པོ་གསུམ་གྱི་སྟོན་ནས་དད་ལྡན་སྤྱི་དང་། བྱེ་བྱག་བོད་མི་དམངས་ལ་མགོ་བསྐྱོར་གཏོང་ཡོང་དུས་ང་ཆོ་མགོ་ལ་ལྷན་པ་ཡོད་མཁན་གྱི་མི་ཞིག་ཡིན་ཟེན། ཁོ་ཆོ་ཆང་མ་སྤང་མེད་དུ་དབྱུག་དགོས་པ་ཞིག་རེད། བོད་ཀྱི་གཏམ་དཔེ་ལ། རྒྱུན་མ་ལ་ཁམ་པས་རྒྱབ་སྦྱོར། ཟེར་བ་དེ་ཆགས་ཆར་པ་རེད། ལས་འབྲས་འཆོལ་ཉྱེན་གི་ཆེད་དུ་ཀམ་པ་དང་ལྷ་དམར་པ་གཉིས་མཐུན་པོ་བྱས་ཀྱང་བོད་སྤྱི་ལ་ཕན་ཐོགས་གང་ཡོད། ང་ཆོ་མི་སོ་སོ་ལ་ཕན་ཐོགས་གང་ཡོད། ཆང་མས་བསམ་སྟོ་ཞིག་ཐོངས། ཆོས་ལུགས་མི་སྤྱིའི་བར་ལ་འགལ་བ་ཡོད་པ་དེ་རྒྱུན་ལྡན་ཞིག་རེད། བྱ་བྱ་བྱུང་པའི་སྐབས་སུ་འང་བདུད་ལྷས་བྱིན་ཟེར་བ་ཞིག་དང་མཐུན་སྦྱིལ་བྱེད་མ་བྱུང་པ་བྱུང་བ་རེད། བྱ་བྱ་བྱུང་པས་བྱེད་མ་བྱུང་པ་ཞིག་ང་ཆོས་བྱེད་བྱུང་ཐབས་ཡོད་བ་མ་རེད། །

མདོར་ན་སངས་རྒྱས་བྱ་བྱ་བྱུང་པས་གཏན་ལ་ཐབ་པའི་ཆོས་ལུགས་དེ་ལས་ལོག་པའི་ལས་བྱེད་མཁན་གྱི་བླ་སྤྱུལ་མཁན་གསུམ། མིང་ཆེན་གྲགས་ཆེན་གང་ཡིན་ཀྱང་ང་ཆོས་ངེས་པར་དུ་རྡོ་རྗེའི་བྱེད་དགོས། །

དུས་རབས་ཉེར་གཅིག་པ་ཚན་རིག་གི་དུས་རབས་འདི་ལ་ང་ཚོ་བོད་རིགས་གཞོན་ནུ་ཤེས་ཡོན་ཅན་ནམས་ཀྱིས་ཤེས་དགོས་པའི་གལ་གནད་ཅིག་ནི། ང་ཚོའི་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་ཤུལ་བཞག་བཀའ་བཀོད་རྒྱུ་འཛིན་གྱི་ལམ་ལུགས་རིགས་དུས་གདུང་རྒྱུད་དང་། ཡང་སྤྱིད། སྤྱུ་དག་སོགས་ཀྱི་མིང་ཐོག་ནས་བྱེད་སྤྱོད་སྤྱི་ཚོགས་སྤེལ་ཞིང་། བོད་མི་དམངས་ལ་དབང་སྒྱུར་དང་། ང་ཚོ་དང་འདྲ་མཉམ་མ་ཡིན་པའི་བསམ་སློབ་ཁྱེར་མཁན་འདི་ཚོ་དེས་པར་དུ་སྤང་མེད་གྱི་སྤྱོད་ནས་རྒྱབ་དུ་སྒྱུར་དགོས། སྤྱན་ལྗང་ནམ་པ། རས་གོས་དཀར་པོ་དང་། དམར་པོ། སེར་པོ་སོགས་ང་ཚོ་དང་གོས་ཀྱི་ཁ་དྲོག་དང་། ཆ་ལུགས་ཀྱི་ནམ་པ་མི་འདྲ་བ་རེ་བཅས་ནས་ཚས་པ་ཡིན་པར་བརྟུས་པའི་སྤུལ་སྤྱིའི་ཡང་སྤྱིད་དང་། སྤེལ་མའི་གདུང་རྒྱུད་ཟེར་བ་འདི་ཚོ་ནི། ཡོན་ཏན་ང་ཚོ་ལས་ཆུང་། མི་རྒྱ་ང་ཚོ་ལས་ཞན་པ་ཞིག་རེད། དེས་ན་ཁོ་ཚོ་ནི་ང་ཚོའི་སྤྱིང་རྩེའི་ཡུལ་ཡིན་པ་ལས་དད་པའི་ཡུལ་མ་ཡིན་པར་ཤེས་པར་གྱིས་ཤིག།

ཅས་ལྟ་བུ་མི་རིགས་སློབ་གྲུ་ཆེན་མོའི་སློབ་དཔོན། འབྲུམ་རམས་པའི་མཚུབ་སྟོན་པ། རྒྱལ་ཁབ་རིག་པས་བསྐྱར་པའི་རྟོག་གེ་པ་ཐུབ་བསྟན་ཐུན་ཚོགས་ཞེས་འབོད་པ་དེས། ལྟ་བུ་མི་རིགས་སློབ་གྲུ་ཆེན་མོའི་རང་ཤག་ནས། སྤྱི་ལོ་༡༩༧༩ ལོའི་ཟླ་བ་༡༡ པའི་ཚེས་༩ ཉིན་སྤྱིངས།

呼吁年轻人反对藏传邪教

向全世界佛教信徒们大声呼吁：作为一名释迦牟尼的虔诚信徒，我们将不允许任何人违背和破坏释迦牟尼制定的教规、教法，无论是国内外德高望重的大喇嘛，还是经济实力雄厚的活佛，我们都要坚决反对，警惕他们把佛教引向歧途。

如今披着佛教外衣，四处招摇撞骗的所谓的喇嘛、活佛“传法布道”的骗人、骗财、骗色的事件愈演愈烈。其根源是：上世纪七、八十年代到印度和尼泊尔的定居的藏胞中的喇嘛、活佛们失去在封建制度下的剥削生活，无法生存，于是他们重新寻找不劳而获的方法，假借宗教布道蛊

惑信徒、有的将私生子认定为活佛、有的将自己的后裔册封为法王等手段来敛财。改革开放后，他们在国内故伎重演，致使这股邪气逐渐蔓延。这三十多年来他们披着宗教外衣，无恶不作，逐渐形成了有着黑暗势力的邪教，在汉、藏两地造成了极为恶劣影响并带来很多社会问题。

今天，国内的绝大部分藏族青年们与时俱进，积极地接受现代理念，努力学习，提高个人素质，加强文化、品德修养，改变了自己的命运，而在国外定居藏胞中有些年轻人任然摆脱不了封建思想的束缚，真的令人诧异。

本次大声呼吁是，听说嘎举派喇嘛塔耶多吉的儿子要被认定为夏玛活佛的转世灵童，而与塔耶多吉常年为敌的噶玛巴五金称乃多吉为了嘎举派的共同利益而表示公开支持认定。如果事情属实，他们就是为了自己利益而不顾践踏佛教、妄议佛教、牺牲佛教，其性质就是他们宣扬自创的邪教而不是佛教！凡是懂佛教、有良知的人都不会答应。所以为了保护佛教的纯洁，我们要坚决抵制，决不允许玷污佛教。

有人的地方就有斗争，宗教人士内部也有无法避免的冲突。释迦牟尼时代也曾出现过持不同教见者，名叫裂锦，佛陀释迦牟尼无法与他沟通。所以宗教人士之间有矛盾是正常的，但因利益而违规教义达成的共识是不正常的。

二十一世纪是科学技术发展的时代，人们的认知因科学发现而发生着巨大改变，所以我们呼吁广大藏族青年知识分子们，你们应该理性的去看待事物，看待宗教，摆脱封建制度的奴役，建立起人人平等的自信。

总而言之，无论喇嘛、活佛大小、以及封建制度残余的家族后裔法王，只要他们假借佛法违背道德，我们应该

坚决反对和抵制。目前自称是喇嘛、是活佛的，他们的人品、水平都不如我们，都是江湖骗子，他们没有资格作为我们信仰朝拜的对象，反之我们可怜他们因无知而无畏。

西南民族大学教授、博士生导师，土登彭措
于 2019 年 11 月 4 日

Appeal

Aloud to the Buddhist believers around the world: As a saint of Sakyamuni, we will not allow anyone to violate and destroy the canon and teachings formulated by Sakyamuni, whether it is a highly respected lama at home and abroad. We must resolutely oppose the reincarnation lamas with strong economic strength and be alert to their ignorance of Buddhism.

Nowadays, in the cloak of Buddhism, the so-called lamas and reincarnation monks who are swaying and swindling money from believers, and deceiving women to have sexual relationship in terms of tantric practice. The root cause is that the lamas and reincarnation monks in the settled Tibetans in India and Nepal in the 1970s and 1980s, they lost their exploitative life under the feudal system and could not survive, therefore they re-find the methods of obtaining nothing, and seduce by religious sermons. Believers, some have identified illegitimate children as reincarnation monks, and some have sealed their descendants as prince of Dharma and other means to collect wealth. After the reform and opening up, they repeated themselves in domestic Tibetan areas, causing this evil to gradually spread to the country. Over the past 30 years, they have been wearing religious cloaks and commit all manner of crime. They have gradually formed cults with dark forces, which have caused extremely bad influences in the Mainland and Tibetan areas and brought many social problems.

Today, most of the Tibetan youths in the country are advancing with the times, actively accepting modern ideas, studying hard, improving their personal qualities, strengthening culture and morality, and

changing their own destiny. Some young people who have settled in foreign countries. It is really astonishing that people still can't get rid of the shackles of feudalism.

This loud appeal is that I heard that the son of the mThaye Dorje (Kagyud school) is to be recognized as the reincarnation of the Sharma reincarnation, and that the Karmapa Orgyen Trinley Dorje, which is the enemy of Thaye Dorje, Expressed support for the recognition of the common interests of the Kagyu faction. If things are true, they are disregarding Buddhism, and sacrificing Buddhism for their own benefit. Their nature is that they preach their own cults instead of Buddhism! Anyone who understands Buddhism and has a conscience will not agree. Therefore, in order to protect the purity of Buddhism, we must resolutely resist and must not tarnish Buddhism.

There are struggles in places where there are people, and there are unavoidable conflicts within religious people. In the time of Sakyamuni, there were also people who had different teachings. The name was called the Devadatta (cousin of Gautama buddha), and Buddha Sakyamuni could not communicate with him. Therefore, it is normal for the religious people to have contradictions, but the consensus reached by the illegal teachings is not normal. The 21st century is an era of scientific and technological development. People's cognition has undergone tremendous changes due to scientific discoveries. Therefore, we appeal to the vast number of Tibetan young intellectuals. You should treat things rationally, treat religion, and get rid of the slavery system. Establish an equal confidence for all.

All in all, regardless of the lama, level of reincarnations, and the remnants of the feudal system, as long as they violate the morality of the Dharma, we should resolutely oppose and resist. At present, they claim to be lamas and reincarnation monks. Their moral quality and level are not as good as us. They are all swindlers. They are not qualified to be worshippers of our faith. On the contrary, we pity them for ignorance and fearlessness.

Thuden Phuntsok, Professor, doctoral tutor of Southwest University for Nationalities.

On November 4, 2019



2019.12.18

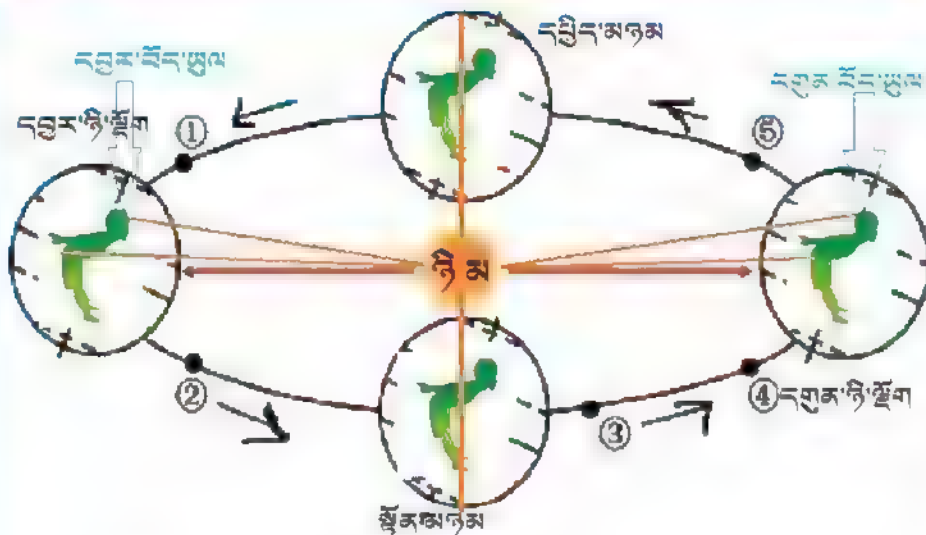
དང་དུས་སྔོན་རྒྱུ་ཉིད་པ་མི་ཤེས་ཤིང་གང་དུ་འབྱེད་པ་ཤད་བྱེད་མཁན་གྱི་
 རྒྱ་ལྷུ་ལ་ཇི་མང་དུ་འགྲོ་བཞིན་ཡོད་པའི་སྐབས་འདིར། སྤྱི་ལོ་༡༠༡༥ ལོའི་ཟླ་བ་
 ༡༢པའི་ཚེས་༡༢ཉིན། བོད་ཀྱི་སྔོན་རྒྱུ་ནང་མེད་པའི་ཉི་ཤུག་ཉིན་མོར་ཀུན་
 བཟང་སྟོན་ལམ་ཚང་མས་འདོན་དགོས་པའི་སྐུལ་མ་མང་པོ་ཞིག་འཕྲིན་སྤྲོད་
 བྱང་བརྒྱུད་སྤེལ་བྱེད་ཅིང་འདུག །ཚེས་ལུགས་པའི་དོན་ནས་བཤད་ན་ཀུན་
 བཟང་སྟོན་ལམ་འདོན་ན་ཕན་ཐོགས་ཡོད་པ་གཏོན་འཁེལ། འོན་ཀྱང་ཉི་
 ཤུག་ཉིན་མོ་འདིར་འདོན་དགོས་པ་ནི། སྤར་སྔོན་ནང་མེད་པའི་གསར་བཞོ་
 ཞིག་རེད། གཞན་ཡང་། རྒྱ་བོད་ཤར་རྒྱུར་གྱི་འཕྲིན་སྤྲོད་ཞིག་ལས་ཉིན་དེར་
 བཀྲ་ཤིས་པའི་བྱ་བ་རྣམས་ཉིན་མོའི་དུས་སྟེ་ཉིན་རེ་ནས་ཉིན་རེར་ཡར་རྒྱས་
 འགྲོ་བའི་ཉིན་འབྲེལ་བྱུང་པར་ཅན་ཡོད་པས་ལེགས་པའི་བྱ་བ་རྣམས་འགོ་
 འཛིན་ནས་ཉིན་འབྲེལ་བྱེད་པ་དང་རིམ་གྱི་བྱེད་ཀྱིན་ཡོད་ཅེས་གཏོང་བཞིན་
 ཡོད་འདུག །འདི་ནི་བོད་ཀྱི་ལུགས་སྔོན་དང་རྩ་བ་ནས་རྒྱབ་འགལ་སྤྱིན་པའི་
 འབྲེལ་བཤད་ཤིག་རེད། བོད་གསལ་གྱི་གནད་དོན་འདི་དག་ལ་གསལ་བཤད་
 མདོར་བསྡུས་ཞིག་ཁྱེད་ཀྱི་བར། བོད་ཀྱི་སྐར་འབྲུང་ཅིས་ཀྱི་དགོངས་དོན་ལྟར་
 བ། དཔུན་ཉིན་ཉི་ཤུག་ཉིན་ཉི་མ་སྟོ་སྟགས་གཤིན་རྗེའི་གོང་ནས་ཉི་ཤུག་ཅིང་ནད་
 ཡམས་དང་ལྷ་གའི་ཐལ་རྒྱུང་འདྲན་འོང་བ་དང་། རྒྱེ་འགོ་རྣམས་ལ་གཤིན་
 རྗེའི་ཁྲིམ་ཁ་འདེབས་པའི་མགོ་བཅུགས་པའི་ཉིན་དང་པོ་ཡིན། ཉིན་འདིར་
 དགོན་པ་ཚད་ལྡན་རྣམས་ཀྱིས་གཤིན་རྗེའི་ཁྲིམ་ཁ་བསྒྲིག་ཅིང་། མ་མོའི་ཁྲིམ་
 ཁ་བསྒྱུར་དགོས་པའི་དུས་གཉན་ཞིག་ཡིན་སྟབས། མགོན་པོའི་ལས་ཚོགས་ལ་
 མོགས་པའི་ཡི་དམ་དང་། ཚེས་སྤྱིང་གི་སྟོན་ནས་ཉི་ཤུག་གི་གཏོར་རྒྱག་རྒྱེབ་

སྒྲིལ་ཡོད་པ་རེད། དཔེར་ན། གནའ་བོའི་རུས་སུ་མཚུར་སུ་དགོན་རུ་མགོན་པོ་
 ཐུག་བཞི་པའི་གཏོ་སྒྲིག་དང་། དཔལ་སྤངས་དགོན་རུ་རྩོམ་སྤྱད་པའི་གཏོ་
 སྒྲིག་སྤྱི་བ་སྒྲིལ་ཡོད་འདུག །དེར་རུས་དཔལ་སྤངས་སུ་པལ་ཆེར་སྒྲིལ་མ་
 གཤུལ་མདོས་ཅམ་གྱིས་འབྲས་པ་བྱེད་ཅིང་ཡོད་པར་ཐོས།

གཞན་ཡང་ཉིན་འདི་ས་བདག་ལྟོ་འཕྲེལ་བསྐྱོར་བའི་མགོ་བཅུགས་ཤིང་
 ཡོད་པ་དང་། དེ་ནས་བཟུང་ལོ་སར་ཆེས་གཅིག་བར་ཉིན་ལྟར་གནས་པ་
 བརྟན་ཅུ་ཙམ་གཉིས་ཀྱི་ས་བདག་རྣམས་རེ་རེ་བཞིན་རུ་ས་སྐྱས་འཕོ་བྱེད་ཅིང་
 ཡོད། ཆེས་མཐའ་མར་ལོ་སར་ཆེས་གཅིག་ཉིན་ཉལ་བྱི་སྐྱས་འཕོ་བྱེད་པ་དང་
 ལོ་གཅིག་གི་ས་བདག་རྣམས་འཕོ་སྐྱས་རྒྱུས་པར་བཞེད། དེས་ན་རུས་
 འདིའི་རིང་ལ་གཤེན་རྩིས་སྒྲིམ་ཁ་ཐེབས་པ་དང་། ལྷ་འདྲེའི་གོ་ལོང་དང་ལོག་
 ཐུག་གི་གཞོད་པ་མང་བའི་རུས་ཡིན་སྟབས། དགོན་པ་རྣམས་ཀྱིས་ཉི་ལོག་
 གཏོ་བསྒྲིག་ནས་བཟུང་། བརྟན་ཐུག་ཅམ་གྱི་རིང་ལ་བསྒྲིག་པ་དང་རིམ་གྱི་
 ཡུལ་ལུགས་སོ་སོ་དང་བསྐྱར་ཏེ་བྱེད་སྒྲིལ་ཡོད། གྲོང་ཆོག་པ་རྣམས་ཀྱིས་ཉིན་
 འདི་ནས་བཟུང་བཅའ་མདོ་བརྟུན་སྒྲིག་དང་། སྒྲིལ་མ་གཤུལ་མདོས། བརྟུ་
 བཞི། འཆི་བསྐྱུ་སོགས་གཏོ་མདོས་ཡས་སྤྱད་འཕོར་བའི་རུས་ཆོགས་གཅིག་
 སྤེབས་ཡོད་པ་རེད།

༥ དབྱར་ཉི་མ་བྱང་སྤྱོད་རྣམས་སྤྱད་པར་མཛོད་ནས་སྤྱོད་ཅིང་ཡོད་སྟབས།
 ཆར་ཆུ་འབེལ་ཞིང་ལོ་སྤྱོད་སྤེལ་པའི་རྟེན་འབྲེལ་རུ། གཡང་བསངས་ཁ་
 སྒྲོད་ཅིས་པ་བརྟན་གཅིག་གི་རིང་ལ་གཡང་སྤྱོད་སྤེལ་གཡང་དང་གཡང་འབེལ་
 འདོན་ཞིང་། ལྷ་བསངས་རྒྱས་པ་གཏོང་སྒྲིལ་དང་། ཨ་མཚོད་རྣམས་ཀྱིས་
 མདོ་གསེར་འོད་དམ་པ་སྒྲོག་འདོན་བྱེད་པའི་རུས་ཡིན། ཞིས་པ་དགུན་ཉི་
 སྤྱོད་གི་རིག་གནས་སྒྲོར་ལ་ལོག་འབྲེལ་འགའ་ཞིག་མཐོང་བའི་རྟེན་བྱས་ཏེ་
 གནའ་བོའི་བོད་ལུགས་མ་ཉམས་པའི་སྐར་འབྲུང་ཅིས་གཞུང་ལྟར་དགོན་སྤེ་
 རྣམས་ཀྱི་ཐུག་ལེན་རི་ཡོད་མདོར་བསྐྱས་རོ་སྒྲོད་ཞུས་པ་འདི་ནི། དེར་རབས་

ཐོད་གྱི་ཤེས་རིག་དང་ལོ་རྒྱུས་ལ་ཞིབ་འཇུག་བྱེད་མཁན་གཞོན་ཅུ་ནམས་གྱི་
ཆེད་དུ་འབྲལ་མར་གྱིས་སོ། །



མག་མོ་ནི་མཉམ་གྱི་ལམ་མཆོན་ཞིང་། མ་ལའི་བྱང་མོ་སྤང་དཔྱད་ཉི་མ་དང་ཐག་ཉི་
ཉིན་མོ་ཕྱན་ཡིང་། གནམ་གཤིས་དྲོ་ དཔྱན་ཉི་མ་དང་ཐག་ཡིང་ལས། ཉིན་མོ་
ཕྱན་ཞིང་། གནམ་གཤིས་དྲོང་། ཚུན་དཔྱིད་གཉིས་ཀྱི་སྤང་ལ་ཉིན་མཆོན་མཉམ་།

དཔྱད་ཉི་མོ་གྲོ་ཁྱིམ་དང་ཞི་བྱ།				
⑥	ཁ་ཤར་	巨蟹座	Cancer	ཟླ་6ཚེས་22 ~ ཟླ་7ཚེས་22
དཔྱན་ཉི་མོ་གྲོ་ཁྱིམ་དང་ཞི་བྱ།				
⑧	ཆུ་ཕྱིན་	摩羯座	Capricorn	ཟླ་12ཚེས་22 ~ ཟླ་1ཚེས་19

གཞིས། དབྱར་དབྱུག་ཉི་ཤོག་གི་གནས་ལུགས།

‡ དབྱུག་ཉི་ཤོག་ཅེས་པ་ནི། ས་ཡི་གོ་ལས་ཉི་མའི་དགྱིལ་འཁོར་ལ་བསྐྱོར་བ་
 ཐེངས་རེ་བྱ་བའི་ཡུན་ལ་ཉིན་ཞག་365འགོར་ཁིང་ཡོད། དེ་ཡང་སའི་གོ་ལས་
 ཉི་མའི་དགྱིལ་འཁོར་ལ་གཡོན་བསྐྱོར་དུ་བགྱོད་པའི་ཆོ། ས་ཡི་གོ་ལ་དེ་ཉི་
 མའི་སྟོ་སྒྲིགས་དང་མིག་གི་སྒྲིག་དུ་སྒྲིབས་པའི་ཉིན་དེ་ལ་ཟེར། དེ་ནི་གོ་ལའི་
 བྱང་ངོས་འདིར་ཉི་མ་དང་ཐག་རིང་ཤོས་དང་། ཉིན་མོ་སྤྱང་ལ་མཆན་མོ་
 རིང་ཤོས་ཀྱི་ཉི་མ་དེ་ཡིན། དེ་ནས་བཟུང་ཉི་མ་བྱང་སྒྲིགས་ལ་ཡར་བསྐྱོར་
 བགྱོད་པས་རིམ་བཞིན་ཉི་མ་རྗེ་རིང་དང་། མཆན་མོ་རྗེ་སྤྱང་དུ་འགྲོ་བ་མ་
 ཟད། གོ་ལའི་བྱང་ངོས་འདིའང་ཉི་མ་དང་ཐག་རྗེ་ཉེར་འགྲོ་ཁིང་ཡོད། འོན་
 ཀྱང་གོ་ལའི་སྟོ་སྒྲིགས་ནི་དེ་ལས་སྟོག་སྟེ་ཉི་མའི་དགྱིལ་འཁོར་དང་ཐག་ཉི་
 ཁིང་ས་རྒྱུད་དང་། ཆར་ཆུ་རྒྱས་པའི་དབྱར་དུས་ཡིན་སྟབས། ཉིན་མོ་རིང་
 ཁིང་མཆན་མོ་སྤྱང་བའི་དུས་ཡིན། སྐར་ཅིས་ཀྱི་གཞུང་ནམས་སུ་དབྱར་དབྱུག་
 ཉི་ཤོག་ནི་རང་བྱུང་ཁམས་ཀྱི་གནས་ཚུལ་ཞིག་ཡིན་སྟབས་ཉིན་མཆན་རིང་
 སྤྱང་དང་། གནམ་གཤིས་ཀྱི་འགྱུར་བ་སོགས་ཆན་རིག་གི་འགྲེལ་བཤད་ཅུ་
 ལས་རྟེན་འབྲེལ་ལ་ཉི་སོགས་ཆོས་ལུགས་དང་། དམངས་སྟོལ་སོགས་ཀྱི་
 འགྲེལ་བཤད་གང་ཡང་མེད། །

ཐོད་ཀྱི་དམངས་ཁྲོད་བཤད་སྟོལ་ལ། དབྱུག་ཉི་ཤོག་སྐབས་སུ་ཉི་མ་སྟོ་
 སྒྲིགས་གཤིན་རྗེའི་གྲོང་ནས་འཆར་ཁིང་ཡོད་སྟབས། དེས་ནད་ཡམས་དང་།
 ལུ་གེ་སོགས་འགལ་ཁྱེན་བར་ཆད་མང་པོ་ཁྱེར་ནས་ཡོང་ཁིང་ཡོད་པ་མ་ཟད།
 ཉིན་དེར་ལོ་དེའི་རིང་ལ་འཆི་རེས་ལ་བབས་པའི་མི་རྒྱམས་ལ་གཤིན་རྗེའི་
 ཁྲམ་ཉགས་འདེབས་ཤིང་ཡོད་སྟབས། འགལ་ཁྱེན་དེ་དག་སྒྲོག་པའི་ཆེད་དུ་
 ཉི་ལོག་གཏོ་སྒྲོག་སྟེ་ཆོགས་འདོན་སྟོལ་ཡོད། དཔེར་ན། དཔོན་པ་རྒྱམས་
 ཀྱིས་ཕུར་སྒྲོག་དང་། ཡས་བོར་སོགས་ཀྱི་གཏོར་སྒྲོག་དང་། གྲོང་ཆོག་པ་
 རྒྱམས་ཀྱིས་ཤེར་སྒྲིང་བདུད་བསྒྲོག་དང་། སྟོལ་མ་གཡུལ་མདོས་སོགས་འདོན་
 སྟོལ་ཡོད་པ་རེད། །

༥ དབྱར་ཉི་ཤུག་སྐབས་སྟ། ཉི་མ་དེ་བྱང་ཕྱོགས་ནམ་སྐས་བང་མཛོད་
ནས་འཆར་ཞིང་ཡོད་སྐབས་ཆར་ཚུ་རུས་སྟ་འབབ་ཅིང་། ལོ་ཕྱགས་རྟག་རྟ་
ལེགས། མི་ནད་དང་། ཕྱགས་ནད་ཐམས་ཅད་ཞི་བའི་མཐུན་རྒྱུན་བཟང་པོ་
བྱིར་ཡོང་ཞིང་ཡོད་སྐབས། བཀ་ཤིས་གཡང་འབོད་གྱི་ཆོ་ག་འདོན་པའི་སྲོལ་
ཡོད་པ་རེད། དཔེར་ན། འབྲོག་སྡེ་ནམས་གཙོ་བོར་བྱེད་ཅིང་རུས་འདྲིར་
གཡང་སྐབས་དང་། གསེར་འོད་། དུལ་ལྷ་མཚོལ་བསངས་སོགས་གྱི་རིམ་གྱི་
འདོན་སྲོལ་ཡོད་པ་རེད། འདི་ནི་ཆོངས་དད་དང་འབྲེལ་བའི་དམངས་ཁྲོད་
གྱི་གོམས་སྲོལ་ཞིག་ཡིན་པ་ལས་ཚན་རིག་དང་མཐུན་པའི་རྒྱ་མཚན་གང་
ཡང་མེད།།

༥ རྒྱ་ནག་དུལ་རྟ་དགུན་ཉི་ཤུག་ནི་ལོ་གསར་དང་ཉེ་བའི་རུས་སྡོན་ཞིག་
ཡིན། བྱང་ཤར་ཕྱོགས་གྱི་རྒྱ་རིགས་ནམས་གྱིས་རུས་སྡོན་འདི་བསྟ་བའི་ཆེད་
རྟ། བང་མི་བྱེས་སོང་ནམས་བྱིམ་རྟ་འཛོམས་ཅི་བྱབ་དང་། དེ་དག་ལྷན་ཅིག་
རྟ་ཅའོ་ཅི་ (饺子) ཞེས་པ་གྱི་ཟན་ནང་རྟ་ཤ་བྱེད་དང་། སྡོ་ཆལ་སོགས་གཏུམ་
པའི་ཟས་རིགས་ཞིག་བཟང་མི་ལྷན་འཛོམས་གྱི་རྟེན་འབྲེལ་ཆེད་རྟ་བཟང་
སྲོལ་ཡོད་འདུག་ལ། ལྷོ་ཕྱོགས་པ་ནམས་གྱིས་རུས་སྡོན་བསྟ་ཞིང་པ་མེས་གྱི་
ལྷ་མཚན་པའི་རུས་ཆེན་ཞིག་ཀྱང་ཡིན། དེ་བཞིན་རྟ་མི་རིགས་སོ་སོའི་དུལ་རྟ་
རང་རང་གི་གོམས་སྲོལ་དང་འབྲེལ་བའི་དགུན་ཉི་ཤུག་ལ་བཤད་སྲོལ་མི་འདྲ་
བ་རེ་ཡོད་སྲིད་ཀྱང་ཁོ་བོས་ཤེས་པ་ནི་དེ་ཅུ་མོ། །འོད་གྱི་ལོ་རྒྱས་སྟོག་རིག་
གནས་ནང་འདྲེན་གྱི་ལས་ཡིན་ཁུལ་གྱིས་མི་རིགས་རང་གི་རིག་གནས་རྣལ་མ་
དེ་ཉིད་རིམ་བཞིན་རྟོག་རྟོག་བྱེད་མཁན་ནི་སྤྱ་ལོག་གྲ་ལོག་ཁ་ཤས་ཤིག་ཡིན་
པ་ལྟར། དེང་རུས་ཀྱང་དེ་བཞིན་རྟ་སོད་གྱི་དར་དཀར་རིག་གནས་ལ་གཏོར་
བཤེགས་བྱེད་ཅིང་དར་སེར་དང་། དར་དམར་སོགས་དར་སྤེལ་གཏོང་བ། དེ་
བཞིན་རྟ་སྲོལ་རྒྱ་རིག་གནས་ནམས་ཀྱང་རིམ་བཞིན་གཞན་འཁྱར་བཅོ་
མཁན་ནི་ཡོན་ཏན་མེད་ལ་ཉམ་པ་མཐོ་བའི་སྤྱ་ལོག་འདི་དག་ཡིན་པ་བཤད་
མ་དགོས་པ་རེད། དཔེར་ན་ལོ་ཤས་སྡོན་ལ་ཁམས་ཕྱོགས་གྱི་སྤྱ་ལོག་འགའ་

ཞིག་གིས་རང་ལུགས་ཀྱི་ཡུལ་སྤྱོད་ནང་མེད་པའི་དགུན་ཉི་ཤོག་ནི་བཀྲ་ཤིས་
པའི་ཉི་མ་ཞིག་ཡིན་སྟབས། ཉིན་འདིར་ཀུན་བཟང་སྟོན་ལམ་འདོན་དགོས་
པའི་སྐུལ་མ་གཏོང་འདུག་པ་འདི་ནི་རྒྱ་ནག་གི་སྤྱི་ཚོགས་པའི་མི་མང་རྣམས་ཀྱི་
ལུགས་ལ་ལད་མོ་བྱས་པ་ཞིག་ཡིན་པར་ཤེས་སྟེ།

ཞེས་པ་ཐོད་ཀྱི་དམངས་ཁྲིད་ཡུལ་སྤྱོད་ལས་ཉི་ཤོག་སྐབས་ཀྱི་གོམས་སྤྱོད་འགའ་ཞིག་
རོ་སྟོད་འདི་ནི་ཉི་ཤོག་གི་དུས་ལ་ཉི་བའི་སྐབས་སུ། ཐོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་སྟོན་པའི་རྒྱལ་ཁབ་པ་
ཐུབ་བསྟན་ཐུན་ཚོགས་དེས། རྩོམ་ཁྱབ་མི་རིགས་སྟོན་གྱི་ཆེན་མོའི་རང་ཤག་ནས། རྒྱ་ལ་
2019ལོའི་ཟླ་བ་12པའི་ཚེས་18ཉིན་སྤྲོད་སྟེ།

2020 ལོའི་ཚུམ་ཡིག་ཐོར་བ།

ག་ཡིག་རྒྱུ་ལྟ་བུ་ཐོབ་མིན་སྐོར་གྱི་གསལ་བཤད།

2020.1.22

རུས་རབས་གོང་མའི་ནང་དུ་གཞུང་གིས་བཀའ་བཅད་གྱི་བཅོས་པའི་ཡིག་
 གོར་དང་། ཉེ་བའི་ཆར་བོད་གྱི་མཁས་པ་གསར་པ་ཚོས་བཅོས་པའི་ཡིག་
 གོར་གསར་པ་འགའ་ཞིག་བྱང་དང་འབྱུང་བཞིན་ཡོད་པ་དེ་དག་ལ་རིམ་
 བཞིན་ལེགས་བཅོས་བྱེད་དགོས་པ་ཞིག་རེད། གཞུང་གི་བཀའ་ཡིས་བཅད་
 པའི་ཡིག་གོར་ནི་རིག་གནས་གསར་བརྗེའི་སྐབས་སུ་རྒྱུ་བཞི་ཙམ་གཏོར་གྱི་
 ལས་འགུལ་སྐབས་སུ་རྒྱ་བོད་གཉིས་ཀའི་རིག་གནས་དང་། སྐད་ཡིག་ལ་
 འགྱུར་ཕྱོག་འགའ་ཞིག་ཐེབས་པ་རེད། དཔེར་ན། དབུས་གཙང་ཁ་སྐད་དང་
 བསྐྱེན་ནས་སྐད་དང་རྒྱ་སྐད་དེ་ལ་འགྱུར་བ་ནི། བྱེད་སྐྱོད་དང་འགྲེལ་སྐྱོད་ལ་གྱི་
 དང་གིས་རྒྱུང་པ་མ་གཏོགས་མི་དགོས་པ་དང་། ཨ་མ་དོའི་ཁ་སྐད་དང་
 བསྐྱེན་ནས་པ་རྒྱ་སྐད་པ་ལ་བསྐྱུར་བའི་འགྲེལ་སྐྱོང་ས་དེ་བྱས་པ་རེད། འོན་ཀྱང་
 ཁམས་སྐད་ལ་བརྟེན་ནས་འགྱུར་ཕྱོག་གང་ཡང་བྱས་མ་སོང་། །

ཆོག་སྐྱོར་གྱི་ཐད་ལ་ཡི་གེ་རྩེ་བསྐྱུས་དགོས་པའི་བཀའ་ལྟར། དཔེར་ན།
 དམངས་གཙོ་བཅོས་བསྐྱུར་སྐབས་སུ། བོད་གྱི་མཁས་པ་རྒྱ་སྐད་ཀྱིས་བསྐྱུར་
 པའི་མའོ་ཙེ་རྩེ་བའི་གསུང་བུས་ནང་དུ། སེམས་ཐག་གཙང་བཅད་དང་།
 རང་སྟོག་སྟོས་བཏང་བ་ལ་མི་སྐྱེ་པ། དཀའ་ངལ་བྱི་སྟོང་བྱུང་གསོད་བཅས་
 གྱི་སྟོན་རྒྱལ་ཁ་ཐོབ་པར་ཚོད་ལེན་བྱེད་དགོས། ཞེས་བསྐྱུར་ཡོད་པ་དེ།
 རིག་གནས་གསར་བརྗེའི་སྐབས་སུ་རྒྱ་བོད་ཚང་མའི་ཡི་གེ་འགྲེལ་སྐྱོང་ས་
 བདེ་བྱེད་དགོས་པའི་བཀའ་ལྟར། བོད་ཡིག་འགྲེལ་སྐྱོང་ས་ཆོག་སྐྱོད་བྱས་
 ཏེ། སེམས་ཐག་གཙང་གཅད། ཤི་རྒྱར་མི་སྐྱེ། །དཀའ་བྱི་བྱུང་གསོད།
 རྒྱལ་ཁ་ལེན་དགོས། ཞེས་བཅོས་ཡོད་པ་རེད། སྐབས་དེར་ཡིག་མགོ་དང་།

ཤད་སོགས་ཀྱི་ཡི་གེ་ནམས་བེད་སྤྱོད་མེད་པར་བྱས་ཏེ། རྒྱ་བོད་གཉིས་
 ཀའི་ཡི་གེ་ལ་དབྱེན་རི་ཡི་གའི་རྟགས་ནམས་སྤྱོད་མེད་ཏུ་སྦྱད་པ་རེད། ཐོད་
 ཡིག་ནང་ཏུ་གཙོ་བོ་ dawn(.) 顿号 ལ་འཐེན་རྟགས། མིང་ཚིག་སྤྱད་
 ཏུའི་བར་གྱི་གཅིག་ཤད་དཔེར་ན། ལྷ་དང་། མི་དང་། ལྷ་མ་ཡིན་དང་ལྷ་
 ཏུའི་གཅིག་ཤད་གྱི་ཚབ་བཀོལ་བ་རེད། comma (,) 逗号 མཚམས་རྟགས།
 འདི་ནི་བརྗོད་དོན་གང་ཞིག་གི་བརྗོད་པ་ཏུ་མ་བྱ་གཅིག་ཚླགས་པ་དང་དེའི་
 མཐར་གཅིག་ཤད་དང་། སྐར་ཡང་སྤྱ་སྤྱ་མཐུད་ནས་བཤད་དགོས་པའི་བར་
 ཏུ་སྦྱད་དགོས་པའི་གཅིག་ཤད་གྱི་ཚབ་ཡིན། full stop. (.) 句号 ཚླགས་
 རྟགས་ཞེས་བརྗོད་དོན་སྐར་ཞིག་ཡོངས་སྤྱ་ཚླགས་པའི་མཐར་གཉིས་ཤད་
 དང་། བརྗོད་དོན་ཡོངས་སྤྱ་ཚླགས་པའི་མཐུག་གི་བཞི་ཤད་གཉིས་ཀའི་ཚབ་
 ཏུ་བེད་སྤྱོད་བྱས་སོང་། གཞན་ཡང་ཐོད་ཡིག་ནང་ཏུ་དཔེ་རྟགས་《 》

དང་། བྱག་རྟགས་() ལ་སོགས་པ་བེད་སྤྱོད་བྱས་པ་དེ་དག་དེང་སང་ཡང་
 མ་འགྱུར་པ་སྤྱོད་བཞིན་པ་འདི་རེད། དེ་ཚེ་ནི་ང་ཚོའི་ཡི་གེ་སྤྱོད་སྤངས་
 སྐར་ལ་ཕྱད་པའི་ལོ་རྒྱུས་རེད། གཞོན་ཅུ་ཚོས་ཤེས་ན་ཡག་པོ་ཡོད་ངེས།

སྤྱི་ལོ་1979 ལོ་ཙམ་ནས་མི་རིགས་སྤྱི་དུས་དོན་འཁྱོལ་བྱེད་པའི་སྐབས་
 སྤྱི་རིམ་བཞིན་ཐོད་ཡིག་ལས་གཞི་རྒྱ་བསྐྱེད་དང་ཆབས་ཅིག་ཏུ། སི་ཁྲོན་
 ཞིང་ཆེན་མི་རིགས་དོན་གཙོ་དཔྱ་ཡོན་ལྷན་ཁང་གི་ཀྲུ་ཤེན་འབའ་པ་བཀྲ་
 ཤིས་ཆེ་རིང་གིས་ཐོད་རྒྱ་ཤོར་གྱི་ཚིག་མཛོད་ཚུལ་སྤྱོད་གི་ལས་གཞིའི་རེ་
 ལྷ་ཞིག་ཐད་ཀར་ཀྱང་དབྱང་ལ་སྤྱོད་ལྷ་སྤྱོད་ཀྱང་དབྱང་གིས་ལས་གཞི་དེ་
 ཚོག་མཆན་ཐོབ་ཅིང་། ཐོད་རྒྱ་ཚིག་མཛོད་ཆེན་མོ་ཚུལ་སྤྱོད་གི་ལས་གཞི་
 འཇུགས། གཙོ་སྤྱོད་པ་གཙོ་བོ་ཀྱང་ཡི་སྤྱོད་དང་། གཙོ་སྤྱོད་པ་གཞོན་པ་
 ཀྲུ་ཤེ་ཉན། ཉན་ཤུལ་མཐུན་རབ་འོད་གསལ། གཟན་དཀར་སྤྱོད་བསྤྱོད་
 ཉེ་མ། སྤྱོད་དབང་སོགས་ཚུལ་འཇུགས་བྱས་དེ་ཚུལ་སྤྱོད་བྱེད་སྐབས། སྐར་གྱི་
 བྱེད་སྤྱོད་ (གིས་) དང་། འབྲེལ་སྤྱོད་ (གི་) སོགས་ནོར་བ་ནམས་བསྐྱུར་བཅོས་

དང་། རྫོགས་ཉལ་དང་། མཚམས་ཉལ་སོགས་དོར་ནས་གཅིག་ཤད་
 དང་། གཉིས་ཤད་སོགས་བསྐྱར་གསོ་གནང་ཡང་། སྤང་ལུགས་རི་བཞིན་
 བསྐྱར་གསོ་བྱེད་མ་ཐུབ་པར་རེ་ཞིག་གཅིག་ཤད་དང་། གཉིས་ཤད་སོགས་
 རྫོང་ཚུལ་གཅིག་གྱུར་མེད་པ་ཞིག་ཆགས། བོད་ཡིག་གི་རྫོང་སྒྲིབ་བསྐྱེད་
 དང་། སྤང་ལུགས་བསྐྱར་གསོ་བྱེད་པའི་གོ་རིམ་ནང་དུ་མཁས་པ་གསར་པ་
 རྣམས་ལ་སྤང་གྱི་ཡིག་ཆར་རྫོང་པའི་ལུགས་སྤྲོལ་རྣམས་ལ་རྒྱས་མངའ་ཆེར་
 མེད་པའི་ཁྱེན་གྱིས་དཀའ་ངལ་མི་ཉུང་བ་ཞིག་འཕྲད་པ་ནི། འཐེན་ཉལ་
 དང་། མཚམས་ཉལ་། རྫོགས་ཉལ་རྣམས་དོར་ཞིང་ཤད་གྱི་རིགས་རྣམས་
 བསྐྱར་གསོ་བྱེད་སྤངས་ལ་དཔེ་སྟུན་ཁང་དང་། གསར་འགྱུར་ལས་ཁུངས་
 སོགས་གཅིག་གྱུར་མ་ཐུབ་པ་སྤྱད་སྤངས་སྤྲོལ་གྱི་བྱུང་པ་རེད། དེའི་
 ཁོངས་སུ་སྐབས་འདིའི་བརྗོད་བྱའི་དོན་གཙོ་བོ། ག་ཡིག་གི་མཐར་ཤད་ཐོབ་
 མིན་སྟོར་དེ་འདྲས་ཡོད། དེར་དུས་ག་ཡིག་རྗེས་སུ་ཤད་ཐོབ་མིན་གྱི་ཁུངས་
 གཏུགས་ས་དེ་དབྱངས་ཅན་གྱུ་པའི་དོ་རྗེས་མཛད་པའི་ལེགས་བཤད་ལྗོན་
 དབང་ལ་གཞིར་བཟུང་ཡོད་འདྲག་གྱུར། ཁོ་ཚོས་ལེགས་བཤད་ལྗོན་དབང་
 གི་གོ་དོན་རི་བཞིན་མ་རྟོགས་ནས་ཡིག་ནོར་གསར་པ་ཞིག་བཟོས་པ་དེ་ལ་
 རོ་སྤྲུལ་ཅུ་ཅམ་ཞིག་བེད་སྤྱོད་བྱས་པ་རེད། ལྗོན་དབང་ལས།

ལྷག་པའི་དོན་མང་མིང་མཚམས་དང་།

དོན་འབྲིང་འབྲེད་དང་དོན་ཉུང་རྫོགས།

ཆོགས་བཅད་ག་མཐར་ཆེག་ཤད་བྱ།

གཅིག་ཤད་ཐོབ་ས། ལྷག་པའི་དོན་མང་མིང་མཚམས། དོན་འབྲིང་
 འབྲེད་མཚམས། དོན་ཉུང་རྫོགས་མཚམས་བཅས་དང་། ཆོགས་བཅད་ཡིན་
 པའི་རྗེས་འདྲག་ག་ཡིག་ཅན་བཅས་ཡིན། ཞེས་གསུངས་པ་ལས། ག་ཡིག་
 རྗེས་སུ་ཤད་མི་དགོས་ཞེས་པ་དངོས་ཤུགས་གང་དུ་ཡང་བསྟན་མི་

འདུག །གཅིག་ཤད་དེ་དག་གི་ཆོབ་དུ་འཐེན་ཉལ། dawn (、) 顿
 号 མཚམས་ཉལ་ comma (,) 逗号 བེད་སྤྱོད་བཏང་པ་རེད།

རྫོགས་ཚིག་མཐའ་ཅན་ལྷག་པ་དང་།

ཚིགས་བཅད་རྒྱང་མཐར་ཉིས་ཤད་འཛོལ།

གཉིས་ཤད་ཐོབ་ས། རྫོགས་ཚིག་གི་སྤར་མཐར་དང་། བརྗོད་དོན་རེ་
ཞིག་རྫོགས་པའི་མཐར་དང་། ཚིགས་བཅད་རྒྱང་གཅིག་གི་མཐར་གཉིས་
ཤད་ཐོབ་ཅེས་གསུངས་འདུག །འདྲིའི་དོན་ནི་ཚིགས་བཅད་ཀྱི་མཐར་གཉིས་
ཤད་ཐོབ་ཅིང་། ཚིག་བཅད་ཀྱི་མཐར་རྗེས་འབྲུག་ག་ཡིག་ཡོད་ན་ཤད་གཅིག་
གིས་འབྲུས་པ་གསུངས་པ་ལས། ཚིགས་ལྷག་གི་མཐར་ག་ཡིག་ཡོད་ན་ཤད་
མི་དགོས་པ་དངོས་ཤུགས་གང་ལའང་བསྟན་མེད་པ་མངོན་སུམ་གྱིས་རྫོགས།
དེས་ན་མཐས་པ་གསར་པ་རྣམས་ཀྱིས་ཚིག་ཤད་བསྐྱར་གསོ་སྐབས་སུ་ལྷགས་
བཤད་སྟོན་དབང་གོ་ལོག་གིས་ཡིག་ཅོར་གསར་པ་ཞིག་བཟོས་པ་རེད།

དོན་ཆུན་ཆེན་མོ་རྫོགས་པ་དང་།

ལེའུའི་མཆམས་སུ་བཞི་ཤད་དགོས།

བཞི་ཤད་ཐོབ་ས། དོན་ཆུན་ཆེན་མོ་ཞིག་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པ་དང་། ལེའུའི་
མཆམས་སུ་བཞི་ཤད་ཐོབ་པ་ནི་གོ་སྒྲ། སྤྱི་ལོ་1990ལོའི་རྗེས་ཅམ་ཞིག་ན་ག་
ཡིག་གི་མཐར་ཤད་མི་སྤྱོད་པའི་ལྷགས་འདྲི་དར་འགོ་རྒྱུགས་ནས་རིམ་བཞིན་
ལྷགས་འདྲི་སྤྱོད་མཐའ་རྗེ་མང་གུར། ཁོ་བོས་ཀྱང་དབྱུང་ཚུལ་དང་། དཔེ་
དེབ། ཚིག་མཛོད་རྣམས་འབྲི་བའི་སྐབས་སུ་འདྲིའི་སྒྲར་ལ་ཁ་གསལ་ཞིག་
ཐག་མ་ཆོད་ནས། ག་ཡིག་རྗེས་སུ་ཤད་ཡོད་མེད་སྟེ་ཚིགས་བྲིས་ཡོད་ཀྱང་།
དཔེ་རྒྱན་ཁང་སོ་སོའི་སྐབས་ཐོབ་ཀྱི་རང་ལྷགས་ལྟར་ལས་གཅིག་གུར་གྱི་
ལྷགས་བཅོས་ཞིག་མ་བྱུང་། ལྷག་པར་དུ་སྤྱི་ལོ་2012ལོར་ཁོ་བོས་གཙོ་སྤྱི་ག་
བྱས་པའི་《པོད་ཡིག་ཚིག་གཏེར་རྒྱ་མཆོ་》དཔེ་རྒྱན་བྱེད་སྐབས་མཐའ་གཅིག་
དུ་ག་ཡིག་གི་མཐར་ཤད་མེད་པའི་འབྲི་སྟོལ་གསར་པ་དེ་ལག་ལེན་བྱས་པ་
ཡིན། དེ་རྗེས་སྟོ་རུབ་མི་རིགས་སྟོབ་ལྷ་ཆེན་མོའི་སྟོབ་དཔོན་ཆེན་མོ། ལོ་
ཆེན་ཆེ་རིང་འགྱུར་མེད་དང་། རྒྱལ་བའི་བཀའ་འགྱུར་ཆེན་མོའི་དཔེ་བསྐྱར་

གཤམ་ཏུ་ཡོ་ཆེན་ཆོ་རིང་འགྱུར་མེད་ཀྱིས་སྡེ་དགའི་གྲོས་རའི་ནང་ཏུ་ག་
ཡིག་མཐའ་ཅན་ལ་ཤད་ཐོབ་ཚུལ་གྱི་ཡིག་ཆང་གི་བདེན་དཔང་རྟོ་རྟེན་གྱི་
རི་ལྟ་བུ་གནང་བ་རྣམས་ལས་འགའ་ཞིག་འདིར་བསྐྱར་ཏུ་བཀོད་ཡོད། དེར
རབས་མཁས་པ་རྣམས་ཀྱིས་གཏི་མུག་སྟོན་པ་ཚོས་པའི་ཡིག་ཞོར་གསར་པ་
འདི་རིགས་རིམ་བཞིན་སྟོན་གྱི་ཡིག་ཆང་ཡང་དག་ལ་བརྟེན་ནས་ཡོ་སྟོང་བུ་
རྒྱ་ལོ་བོད་ཀྱི་སྐད་ཡིག་སྐད་སྟོབས་ཀྱི་ཆ་ཤས་ཤིག་ཡིན་པ་སྟོས་མ་དགོས། །
སྟེ་བཏང་གནང་བོའི་ཡིག་རྒྱུ་རྣམས་སུ་བརྗོད་དོན་ཞིག་གི་ཏུམ་བུ་རིང་
ཐུང་མ་ངེས་པ་སྟེ་ཆོགས་ཡོད་པ་དེ་དག་གང་ཞིག །གནས་སྐབས་རྟོགས་
མཆམས་སུ་གཅིག་ཤད་དང་། རྟོགས་ཆོག་གི་ཕྱད་ཀྱི་མཁུག་དང་། དོན་
ཆན་གཅིག་གམ་ཆན་པ་གཅིག་ཡོངས་སུ་རྟོགས་པའི་མཐའ་ཉིས་ཤད་དགོས་
འདུག །དེར་རབས་འབྲི་ཚུལ་ལྟར་ན། ཐུ་སྐད་དུ། 提行 རྟེ། བརྗོད་དོན་
གཅིག་གི་དོན་རྟོགས་ཏེ་ཐིག་ཕྱིར་ཤོང་ཤོག་དབྱེ་མཆམས་ཀྱི་མཁུག་ཏུ་གཉིས་
ཤད་ཐོབ་དགོས་པ་དང་དོན་གཅིག་ཡིན། །

ད་ལན་《ཐོད་ཡིག་ཚོག་གཏེར་རྒྱ་མཚོ་》བསྐྱར་བར་གྱི་སྐབས་སུ་སྒར་སི་
ཏུ་པཌ་ཆེན་དང་། འུ་ཆེན་ཚུལ་ཁྲིམས་རིན་ཆེན་རྣམ་གཉིས་ཀྱིས་འུ་དག་བྱས་
པའི་བཀའ་བསྟན་གཉིས་ཀྱི་ཕྱག་ལེན་ལྟར་ག་ཡིག་མཐའ་ཅན་གྱི་ཚོག་སྤྱི་མའི་
མགོར་ཤད་ཡོད་པར་བཅོས་ཡོད་ཀྱང་། ཚོག་མཛོད་འདི་ཡིག་ཚོགས་མང་
སྐབས་རྒྱ་ཆ་བརྒྱ་ཐམ་པ་ལེགས་བཅོས་བྱབ་མ་སོང་། །སྤང་ནས་ཁོ་བོས་བྲིས་
པའི་ཡིག་ཆ་ཐམས་ཅད་ལ་ཐོད་ལྷགས་ཡོངས་དག་ལྟར་མཁས་པ་གསར་པས་
བཟོས་པའི་ཡིག་ཐོར་རྣམས་ལེགས་བཅོས་བྱེད་རྒྱུར་འབད་བཅོལ་བྱ་ངེས། །

ཞེས་པ་བདེན་དོན་བཅའ་བའི་ཐོད་ཀྱི་རྒྱལ་ཁམས་པ་བྱབ་བསྟན་ཕུན་ཚོགས་དེས། སྤྱི་
ལོ་2020ལོའི་ཟླ་བ་1པའི་ཆོས་ 22ཉིན། སིངས་སྤྱིང་གི་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་ཤར་སྤྱོགས་པ་སི་ཁུ་
ཏའི་རྒྱ་མཚོའི་འགམ་གྱི་ལ་ཡ་ལེ་སྤྱི་མགོན་ཁང་ནས་སྤྱིངས་སོ། །



བྱད་མེད་བྱས་ཆེན་ལ་ཕྱལ་བའི་གིས་ཆེག

2020.3.8

འཇིག་ཉེན་ཆེ་ཆུ་ཐམས་ཅད་བྱིད་གིས་བསྐྱེད།
 འདོད་ཆུ་ལོངས་སྤྱོད་ཐམས་ཅད་བྱིད་གིས་འགྲུགས།
 ལྷས་སེམས་བདེ་དགའ་སྤྱོད་པའི་དཔལ་ཆེན་མོ།
 མཛེས་མ་ཁྱོད་ནི་ཡིད་བཞིན་ནོར་བུ་དངོས།

ཤུག་ཐུབ་བཅུན་པ་བྱད་མེད་མངལ་ནས་བྱང་།
 མེས་དཔོན་རྣམ་གསུམ་ཁྱོད་གྱི་ཁུ་ཞོས་བསྐྱེད།
 ཨ་རིའི་སྤྱོད་སྤྱོད་ཁྱོད་གྱི་བཀའ་ལ་གུས།
 རྒྱལ་ཆེན་ཀུན་གྱི་སློབ་དཔོན་བྱད་མེད་ཡིན།

དཔལ་བའི་དཔུང་གིས་མཐའ་བཞི་དབང་དུ་བྱས།
 མཛེས་མའི་སྤྱོད་པས་བོད་ཁམས་དབང་དུ་བསྐྱེས།
 བཅན་པོའི་དམག་གིས་ཆུ་འཇང་བེལ་གྱིས་གཞོན།
 བྱ་སྤྱོད་རྒྱལ་མོ་འགྲོ་བཟའ་བྲི་མ་ལོད།

ཡངས་པའི་གཙང་པོ་ལྷགས་གིས་བམ་པས་མནན།
 རྒྱ་པོ་གར་དཔལ་པོའི་རྩལ་གྱིས་རྒྱལ།
 གངས་རིའི་སྤྱོད་ལ་རིག་པའི་གཟི་མདངས་འབར།
 བྱ་སྤྱོད་རྒྱལ་མོའི་མཛེད་རྗེས་སྤྱོད་ན་གྲགས།

སྤྱིད་ཀྱི་ཁབ་རུ་མོང་བཟའ་བྱི་ལྷམ་མཛེས། །
 རིག་པའི་པོ་ཉ་ཞང་ཞུང་ལི་ཐིག་སྒྲན། །
 མཛེས་མའི་སྤྱིང་བཅུད་མི་ཉག་རུ་ཡོང་བཟའ། །
 རུས་ཀྱི་དབང་གིས་པོ་རྒྱ་ལ་རུ་འཛོམས། །

ས་ལྟའི་སྤྱིང་ལ་རིག་པའི་པ་མཁར་བཞེངས། །
 མདོ་དབུས་བར་ན་མཛེལ་བའི་དམུ་ཐག་འབྲེལ། །
 སྤྱིང་བཅུན་སྒྲམ་པོའི་དཔའ་བོའི་ཁེངས་པ་བསྒྲེལ། །
 སྤྱི་སྤྱིད་བྱ་མོའི་ནམ་དཔྱད་འགུན་ཟླ་དབེན། །

དབུས་གཙང་བྱ་མོས་ཡ་སྤྱིང་དཔལ་འབར་སྒྲོན། །
 ཡ་མདོའི་བྱ་མོའི་ལུས་ཚལ་སྤྱིང་བཞེར་གྲགས། །
 ཁམས་པ་བྱ་མོའི་དམངས་གཙོའི་འཐབ་འཛིང་བརྟན། །
 སྤྱིད་འབྱོར་རིག་གསུམ་པོད་ཀྱི་བྱ་མོས་འཛིན། །

མཁའ་སྤྱོད་ཁོལ་མོས་ནམ་མཁའི་དབྱིངས་ནས་གཟིགས། །
 ཚོས་ལྡན་བྱ་མོས་ཚོས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་བསྐྱོར། །
 མཛེས་མའི་སྤྱི་ཚལ་འགྲོ་བའི་ཡིད་དབང་འཕྲོག།
 གངས་ལྗོངས་བྱ་མོའི་ལས་རིགས་འཇའ་ལྟར་བགྱ།

དེར་བྱས་མདོ་ཁམས་སླ་སྒྲན་གཉིས་ཀྱི་མཛད་རྒྱུས་སྒྲུབ་ཆེན།

སྐབས་གནས་ཀྱན་འདུས་བོད་ཀྱི་སླ་མ་དང་། །
 ཆོ་འཇིན་སྒྲིག་སྒྲིབ་བོད་ཀྱི་སྒྲན་པ་གཉིས། །
 མདོ་ཁམས་སྒྲད་འདིར་བོད་ཀྱི་དམངས་ཁྲོད་ལ། །
 མེས་པོའི་རིག་གཞུང་རྒྱུང་བྱེད་ཐོབ་དངོས། །

རང་ཕྱགས་མེས་པོའི་གཞུང་ལ་ཐོས་བསམ་བྱུང་། །
 འཆོ་བའི་གོམས་གཤིས་པལ་ཆེར་རྒྱ་དང་བསྐྱུན། །
 བོད་ཕྱགས་ཀྱང་དག་མཐོང་ན་གཞན་ཕྱགས་སྒྲོམ། །
 སྒྲད་པ་རིགས་འགྱུར་སོང་བའི་དཔང་རྣགས་རེད། །

པ་མེས་སྒྲོལ་རྒྱན་རྟིང་པའི་ཁུངས་མ་རྟེན། །
 ད་ལྟའི་རང་ཕྱགས་གང་ཡིན་བཅུད་མ་ཆོད། །
 གནས་སྐབས་གང་མཁོ་རྒྱ་ཡིག་ནང་ནས་བཅུལ། །
 མདོ་ཁམས་སླ་སྒྲན་གཉིས་ཀྱི་བྱུང་ཆོས་རེད། །

བོད་ཕྱགས་ལོ་སར་བོད་ལ་ཡོད་པ་བརྟེན། །
 བོད་སྒྲན་རོ་མཆར་གང་ཡོད་ཀྱང་དབྱི་མེས། །
 བོད་ཀྱི་རིག་གནས་ཟེར་བའི་མཆན་གཞི་བསྐྱར། །
 མདོ་ཁམས་སླ་སྒྲན་གཉིས་ཀྱི་བྱུང་ཆོས་རེད། །

བོན་གྱི་པ་ནོར་བོད་ཀྱི་སྒྲན་ཅིས་རྣམས། །

གདོད་མའི་རུས་ནས་གངས་རིའི་ཁྲོད་ཏུ་སྐྱེས།
རྒྱལ་མའི་བོད་ལས་རིང་ཏུ་གནས་པ་ཡི།
མདོ་སྐད་ལྷ་སྐད་སློ་ཡུལ་ཚུད་པ་དགའ།

སློལ་རྒྱན་རྟིང་པ་རུབ་རིའི་ཕག་ཏུ་སྐྱེས།
ཀྲུང་ལྷ་རིག་གནས་ཤར་རིའི་ཕྱག་ནས་བསྟ།
རིག་གནས་གཅིག་གྱུར་ལས་ལ་སློབས་པ་ཆེ།
མདོ་སྐད་ལྷ་སྐད་བོད་ལ་བཀའ་དྲིན་ཆེ།

ཞེས་ཀྲུང་ལྷ་རིག་གནས་གཅིག་གྱུར་གྱི་ལས་ལ་མཛད་རྗེས་ཆེ་བའི་མདོ་ཁམས་སྐད་ཀྱི་ལྷ་
སྐལ་དང་སྐད་པ་རྣམས་ལ་བསྟོད་དབྱངས་དྲི་བའི་རྒྱུད་མང་འདི་ནི་བོད་ཀྱི་རྒྱལ་ཁམས་
པ་ཐུབ་བསྟན་ཐུན་ཚོགས་དེས། སྤྱི་ལོ་2020ལོའི་ཟླ་བ་4པའི་ཆོས་4ཉིན། རྒྱ་ནག་ལྷགས་
ཀྱི་མཆུན་ལྷ་གསལ་（清明节）བའི་རུས་དེར། ལྷ་རུབ་མི་རིགས་སློབ་གྲྭ་ཆེན་མོའི་རང་
ཤག་ནས་སྤྲིངས།



དུས་ཚོད་དམ་འཛིན་བྱ་ཉེ་དབྱར་ཚུ་དགུན་འབྲུ་བཞོ་དགོས།

2020.4.20

གཅིག ཁྱོད་མོ་བསྐྱབ་ཆུའི་གོ་སྐབས་དམ་འཛིན་བྱ་དགོས།

ད་སྐབས་དབྱིད་ཀྱི་དུས་འདིར་དབྱར་ཚུ་དགུན་འབྲུ་བཞོ་བའི་དུས་ཚོད་ལ་
སླེབས་ཡོང་གི་ཡོད་པ་རེད། འདི་ནི་ང་ཚོས་སྤང་བ་པའི་དུས་ཚོད་ཡག་
ཤོས་ཤིག་རེད། གོ་སྐབས་འདི་དམ་འཛིན་བྱེད་ནས་ཚང་མས་དབྱར་ཚུ་
དགུན་འབྲུ་བཞོས། གོ་སྐབས་ཟེར་བ་དེ་ག་དུས་ཡིན་ན་ཡོད་པ་ཞིག་མ་རེད།
དཔེར་ན། དབྱར་ཚུ་དགུན་འབྲུ་བཞོ་བའི་དུས་ཚོད་དེ་ཟླ་བ་བྱེད་གཉིས་ཙམ་
མ་གཏོགས་ཡོད་མ་རེད། དུས་ཚོད་དེ་རྒྱུགས་ནས་ལོ་རྒྱུས་མའི་བར་སྐར་
ཡང་དབྱར་ཚུ་དགུན་འབྲུ་བཞོ་བའི་གོ་སྐབས་ཡོད་མ་རེད། བོད་ཀྱི་ཞིང་
འབྲོག་གཉིས་ཀྱི་ས་ཁུལ་དུ་སྤང་མོ་བསྐྱབ་པའི་དུས་ཚོད་ཡག་ཤོས་དེ་དམ་
འཛིན་བྱ་དགོས། ཉེ་བའི་ལོ་ཤས་རིང་ལ་བོད་ཀྱི་སླ་ལོག་འགའ་ཞིག་གིས་
དབྱར་ཚུ་དགུན་འབྲུ་བཞོ་ཆུ་ལ་བཀག་འགོག་བྱེད་དེ། དབྱར་ཚུ་དགུན་འབྲུ་
བཞོས་ན་ཁོར་ཡུག་གཞོན་སྒྲོན་ཡོད་པ་དང་། དཔལ་འབྱོར་གྱི་ཡོང་ཁུངས་
བརྟན་པོ་མ་ཡིན་པ་སོགས་གྲུ་མ་འཆལ་མང་པོ་བཤད་བཞིན་ཡོད་པ་འདི་
ནི་ཚང་མ་ཤེས་མདོག་དང་མཁས་མདོག་གི་སྤང་ཆ་ཞིག་རེད། ཁྱོད་རང་ཚོས་
ཤེས་དགོས་པ་དེ་ཚོས་རེད། འཛིག་རྟེན་གྱི་གནས་ཚུལ་མ་ཤེས་ནས་ཚོས་
སྤང་ཁྱུགས་པ་རེད། འབྲུ་བཞོས་ན་ཁོར་ཡུག་ལ་གཞོན་མིན་དང་། དཔལ་
འབྱོར་ཡོང་ཁུངས་རྟག་པ་དང་བརྟན་པ་ཞིག་མེད་པའི་དཔེ་སོགས་འོག་དུ་
ཁྱ་ཆུ་ཡིན། མི་དམངས་ལ་མིག་སྒར་འདི་ལས་ལྷག་པའི་དཔལ་འབྱོར་ཡོང་
ཁུངས་ཞིག་ཡོད་ན་ཁོ་ཚོ་དབྱར་ཚུ་དགུན་འབྲུ་བཞོ་སར་འགོ་ལེ་མ་རེད།
དཔེར་ན། ལས་བྱེད་པ་དང་། ཚོང་དཔོན། སླ་མ་དང་སྐལ་སྐྱེད་ཆོ་དབྱར་
ཚུ་དགུན་འབྲུ་བཞོ་སར་འགོ་ཞིང་མེད་པ་འདི་ནི། ཁོ་ཚོ་ལ་དེ་ལས་ལྷག་པའི་

སྒྲོལ་མོའི་ཡོང་ཁུངས་ཞིག་ཡོད་པས་རེད། གལ་སྲིད་སྒྲུབ་མ་དང་། ལས་བྱེད་
 པ་དེ་དག་ལ་དཀོར་དང་། སྒྲུབ་མོགས་ལས་སྒྲུབ་པའི་སྒྲོལ་མོའི་ཡོང་ཁུངས་
 ཞིག་ཡོད་ན་ཁོ་ཚོ་དེ་བསྐྱབ་སར་འགྲོ་ངེས་རེད། དཔེར་ན། བཙུག་བསྐྱར་སྒྲོ་
 འབྱེད་ཐོག་མ་བྱེད་སྐབས་ཚོར་ལས་འབྲུགས་ཆ་དོད་པོ་བྱུང་སྟབས། ལས་
 བྱེད་པ་འཛོལ་ཐང་ཅན་མང་པོ་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་སྒྲོ་ཐོགས་བསྐྱར་ནས་ཚོར་པ་
 ལྷིན་པ་རེད། དེ་ལ་རྒྱ་སྐད་རུ། 下海。ཟེར་བའི་ཐ་སྙད་ཅིག་བྱུང་བ་རེད། སྒྲུབ་
 ཐོགས་བསྐྱར་ནས་ཚོར་པའི་ལས་ལ་འགྲོ་མཁན་དེ་གོ་སྐབས་ཡག་པོ་ཞིག་
 བྱུང་བ་ཡིན་སྟབས། ད་ལྟ་ཕལ་ཆེར་བ་ཞིག་སྒྲོལ་མོ་ས་ཡ་དང་། ཁྱེ་བ། རྩེ་
 རྩེར་ཅན་སོགས་ལྷག་པོ་རིམ་པ་མི་འདྲ་བ་སྒྲིམ་ཆོག་ས་ཆགས་ཡོད་པ་རེད།
 གལ་སྲིད་ལས་བྱེད་པ་དེ་དག་ཟུ་མཐུད་ནས་གཞུང་ཞབས་པ་བྱས་ནས་
 བསྐྱད་པ་ཡིན་ན། ལྷག་པོ་དེ་ལྟར་བྱ་ཆགས་ཐབས་མེད་ཀྱང་སྒྲོ་གོས་ལ་
 དཀའ་ངལ་མེད་པ་མི་དམངས་ཕལ་ཆེར་ལས་སྒྲུབ་ཅམ་ཞིག་ཡོད་པ་རེད།
 དེ་བཞིན་རུ་གྲུ་པ་དང་། སྒྲུབ་མོག་དཀོན་པའི་ནང་རུ་བསྐྱད་པ་ཡིན་ན་
 དཀོན་པའི་དཀོར་དང་། མི་དམངས་ཀྱིས་འབྲུལ་བ་ལ་བརྟེན་ནས་མི་སེར་
 དཀྱུས་མ་རི་བཞིན་དཀའ་ལས་རྒྱུ་མི་དཀོས་པ་འཚོ་བ་བྱ་ཡངས་པོ་ཞིག་
 ཡོད་ཀྱང་། རྒྱུང་གྲུང་ལྟར་པའི་གྲུ་པ་སྒྲུབ་མོག་དཀོན་པ་པོད་ཀྱི་
 དཀོར་དང་འབྲུལ་བ་ལས་སྒྲུབ་པ་ཞིག་ཡོད་པ་མཐོང་རུས། ཁོ་ཚོས་རྩེར་ཐག་
 གིས་རྒྱ་ཡིག་དང་རྒྱ་སྐད་རྒྱུངས་ནས་རྒྱ་ཡིག་ལ་འགྲོ་ས་གང་རྟེན་བྱེད་པ་འདི་
 རེད། ས་ཆ་ཁས་ཤས་ལ་བོད་ཀྱི་དཀོན་པའི་སྒྲུབ་མོག་སྟབས་ནད་པའི་
 རིམ་གྲོ་དང་། གཤིན་པོའི་དགེ་ཅ་རྒྱུ་མཁན་ལ་སྒྲུབ་མོག་དཀའ་བ་ཆགས་
 ཡོད་ཟེར། དེ་དག་ཚང་མ་སྒྲོལ་མོའི་ཆེད་རུ་རེད། ཞིང་འབྲོག་མི་དམངས་
 རྒྱལ་ལ་དབྱར་རྩེ་དཀྱུན་འབྲུལ་ལས་སྒྲུབ་པའི་སྒྲོལ་མོ་རྒྱུ་བྱེད་ཅིག་ཡོད་ན་
 སྒྲུབ་མས་གསུང་མ་དཀོས་པ་དབྱར་རྩེ་དཀྱུན་འབྲུལ་བཞོར་རྒྱ་བཞག་ནས་དེ་
 ལས་སྒྲུབ་པའི་སྒྲོལ་མོ་དེ་བསྐྱབ་སར་འགྲོ་ངེས་རེད། དེས་ན་གོ་སྐབས་ནམ་
 ཡོད་དམ་འཛོལ་བྱེད་ཅིང་སྒྲོལ་མོ་བསྐྱབ་རྒྱ་དེ་གལ་ཆེན་པོ་རེད། སྒྲོལ་མོ་

ཡོད་ན་དཔལ་འབྱོར་དང་སློབ་གསོ། འདྲུགས་སྐྱོན་ཐམས་ཅད་འཕེལ་རྒྱས་
གཏོང་ཐུབ། དེས་ན་ཆོང་ལས་དང་། ཞིང་ལས། འབྲོག་ལས། ཞོར་ལས་གང་
ཅིའི་ཐད་ནས་ཁྱིམ་མཐུན་ལུགས་མཐུན་གྱི་སློན་ནས་སློར་མོ་བསྐྱབ་གང་ཐུབ་
བྱ་དགོས། དེར་དུས་སློལ་གཙོ་ཆོས་གང་དུ་གཏམ་འཆལ་བཤད་ནས། ལྷ་སྐྱ་
བཙུང་ན་ཕྱི་སྐྱོབ་ཆེན་པོ་ཡོད་པས་ལྷ་སྐྱ་ཉེ་ཆོང་བྱེད་མི་རུང་བེད། ལྷ་
མཆན་མེད་པའི་སྤང་ཆ་རེད། དོན་དངོས་ལྷ་སྐྱ་ཐམས་ཅད་རིན་པ་མི་
དགོས་པ་ཁོ་རང་ཆོ་ལ་འབྲུལ་དགོས་པའི་དོན་རེད། སྐྱིད་གོན་པ་དང་བྱེ་
བྱག་མི་སྐྱོར་གྱི་མཆོད་ཁང་ནང་ལ་ལྷ་སྐྱ་ཡོད་དགོས་ན་ཉེ་ཆོང་མེད་པའི་ལྷ་
སྐྱ་ཞིག་གང་ནས་ཡོང་དགོས། ལྷ་སྐྱ་བཙུང་མཁན་ལ་ཉེས་པ་ཡོད་ན། ཉེ་
མཁན་ལ་ཉེས་པ་མེད་པའི་རྒྱ་མཆན་གང་རེད། ཉེ་མཁན་དང་བཙུང་མཁན་
གཉིས་ཀ་ལ་ཕན་པ་ལས་ཉེས་པ་ཡོད་པའི་རྒྱ་མཆན་མི་འདུག །ང་ལ་ལྷ་སྐྱ་
ཞིག་བཙུང་རྒྱ་ཡོད་ན་ངས་འཆོང་ངེས་ཡིན། དོན་དངོས་ལ་ཕྱི་སྐྱོབ་པ་
དེ་སློལ་སྐྱོབ་སྐྱོབ་སྐྱོབ་སྐྱོབ་མཛོན་ཤེས་བཤད་ནས་མི་དམངས་མགོ་བསྐྱོར་
ཏེ་སློར་མོ་ལེན་པ། འདས་ལོག་གི་གཤེན་པོའི་ཆ་འཕྲིན་སྐྱེལ་ནས་ཡོན་འབྲུལ་
ལེན་པ། སློག་བསྐྱོར་ཆོགས་པ་བེར་བ་བཅུགས་ཏེ་མི་མང་པོའི་ལག་ནས་སློར་
མོ་གཡོ་ལེན་བྱེད་ཅིང་ཁེ་ཆོང་བྱེད་མཁན་དེ་དག་རེད། ཕྱི་སྐྱོབ་པ་ལ་བརྟེན་
ནས་དཔལ་བ་བེར་བའི་ཡུལ་ཞིག་སྐྱེས་ཡོད་ན། དེར་དུས་སློལ་མ་པལ་ཆེར་
དཔལ་བ་ལ་སྐྱེ་ངེས་རེད།

སློར་མོ་སྐྱོབ་པ་དེའང་ཆོ་འདི་སྐྱི་གཉིས་ཀ་ལ་ཕན་ངེས་ཀྱི་ཆེད་དུ་གཏང་
བ་དེ་གལ་ཆེན་པོ་རེད། སློར་མོ་སྐྱོབ་པ་དེ་འཆར་གཞི་ལྷན་པའི་སློན་ནས་
བེད་སྐྱོད་བྱ་དགོས། དང་པོ་དེ། ས་མའི་སྤང་ཡོན། རྒྱ་རྒྱུད་གྱི་སློབ་ཡོན།
རང་གི་འཆོ་ཆས་བཅས་ཀྱི་ཆེད་དུ་གཏང་རྒྱུའི་འཆར་གཞི་བཟོ་དགོས། དེ་
ལས་མང་བའི་སློར་མོ་ཡོད་ན། རང་རང་གི་སྤང་སྤེའི་ནང་དུ་སློགས་པོ་
ནམས་ལྷན་དུ་ཁྱིམ་ལས་བཅུགས་དགོས། ཁྱིམ་ལ་བརྟེན་ཏེ་ལུ་མཐུད་ནས་
དཔལ་འབྱོར་འཕེལ་རྒྱས་ཅན་གྱི་ལས་གཞི་མང་པོ་བསྐྱབ་ཐུབ་པ་རེད། །

གཉིས། འབྲུ་བཞོས་པས་ཐུང་ཐང་གནོད་མིན་དབྱེད་པ།

པོད་མི་རིགས་ཀྱི་མདུན་ལམ་ཆེད་དུ་དོན་ཆེན་ནམས་སྤང་མེད་དུ་དོར་
 བས། དོན་རྒྱུ་ཅག་ཅིག་གི་ཆེད་དུ་སློབ་གསོ་གནང་མཁན་སྤྱལ་སྤྱུ་དང་།
 སླེ་མ་ཉུང་ཤས་ཤིག་ཡོད་འདུག་པ་དེ་དག་གི་གསུང་བཤད་ནམས་མདོར་
 བསྐྱས་པའི་སློན་པ་དབྱེད་བཞིན་ཅིག་ཁྱེས་ན། པོད་ཀྱི་གཏམ་དཔེ་ལ།
 གནམ་རྒྱུ་ལེ་མི་རིག་། ཁྱེ་ལེ་ལེ་རིག་ཟེར་བའི་དཔེ་དེ་རེད། དེར་དུས་
 གནས་སྐབས་པོད་མི་དམངས་ཀྱི་འཚོ་བ་ལ་ཕན་ཐོགས་ཆེ་ཤོས་དེ་དབྱར་རྩ་
 དགུན་འབུ་འདི་རེད། འོན་ཀྱང་སྤྱལ་ཉུང་ཤས་ཤིག་གིས་དམིགས་ལྷལ་
 གང་ཡིན་མ་དེས་ཀྱང་། དབྱར་རྩ་དགུན་འབུ་བཞོས་ཀྱི་ལ་ཐབས་སྤྱི་ཚོགས་
 ཀྱིས་བཀག་འཁོག་བྱེད་ཅིང་འདུག། མི་རིགས་གཞན་གྱི་མདུན་ན་དབྱར་རྩ་
 དགུན་འབུ་ལ་ལྷས་ཁམས་གསོ་བའི་རུས་པ་མེད་ཚུལ་བཤད། ཐབས་དེས་
 དབྱར་རྩ་དགུན་འབུ་ཉི་མཁན་བཀག་འཁོག་གནང་། པོད་མི་དམངས་རང་
 གི་ཁྱོད་དུ་དབྱར་རྩ་དགུན་འབུ་བཞོས་ན་ཁོར་ལྷག་ལ་གནོད་སྐྱོན་ཆེ་ཚུལ་
 བཤད། མདོར་ན། དབྱར་རྩ་དགུན་འབུ་བཞོས་ཀྱི་སྤྱལ་ལག་འཁྱིལ་གི་
 མིག་ནང་གི་ཆོར་མ་ལྟ་བུ་ཆགས་ཡོད་པའི་རྒྱ་མཚན་གང་ཡིན་མ་དེས། པོད་
 ཀྱི་སློལ་རྒྱུན་རིག་གནས་ནང་དུ་བན་བོན་གཉིས་ཀྱི་ཡིག་ཆ་ནང་དུ་ས་
 གཉན་བཞོས་བ་དང་། རྩོ་གཉན་སློག་པ། ཤིང་གཉན་བཅད་པ། རྒྱ་གཉན་
 རྒྱར་བ་ལ་སོགས་པའི་ལས་ཀྱི་ཁོར་ལྷག་ལ་གནོད་སྐྱོན་དང་། ལྷ་སྤྱིན་ཕྱེ་བརྒྱ་
 ལ་ཐོག་ཐུག་དང་འབྲམ་འབྲུག་ཡོང་བའི་སློར་མང་པོ་གསུང་ཡོད་ཀྱང་།
 དབྱར་རྩ་དགུན་འབུ་བཞོས་མི་རུང་ཟེར་བའི་ཡིག་ཆ་གཅིག་ཀྱང་མཐོང་མ་
 གྱུར། དེར་རབས་ཚན་རིག་གི་དོས་ནས་བཤད་ན་དབྱར་རྩ་དགུན་འབུ་
 བཞོས་ཀྱི་བྱ་བ་འདིས་ཁོར་ལྷག་ལ་ཕན་ཐོགས་ཡོད་པར་མཐོང་། དཔེར་
 བ། པོད་ཀྱི་དབྱར་རྩ་དགུན་འབུ་བཞོས་པའི་རྗེས་ལྷལ་དང་། ལ་རིའི་སྤྱིར་
 རྒྱ་ནི་ལ་མངའ་སྤེའི་ཁོངས་ཀྱི་རྩ་ཐང་དུ་སློ་རྩ་སྤྱེ་བུད་ཡོང་བའི་ཆེད་དུ་རྩ་

ཐང་ལ་ཡུར་བརྒྱབ་པའི་པར་རིས་དེ་དག་པན་ཚུན་གོ་བསྟར་བའི་སློན་ནས་
དབྱེད་ན་དབྱར་ཚུ་དགུན་འབྲུ་བཞོས་པས་ཁོར་ཡུག་ལ་གནོན་སྒྲོན་མེད་པ་
ཤེས་ཐུབ།

གསུམ། དཔལ་འབྱོར་ཡོང་ཁུངས་བརྟན་པོ་གང་ཡིན།

འཆོ་བའི་རྟེན་གཞི་དཔལ་འབྱོར་ཡོང་ཁུངས་བརྟན་པོ་ཞིག་བཅའ་དགོས་
ཟེར་བའི་དམིགས་ཡུལ་ནི། དབྱར་ཚུ་དགུན་འབྲུ་བཞོས་ཆུ་སྟོན་འགོག་གི་ཆེད་
བཤད་པ་ཙམ་རེད། དཔལ་འབྱོར་རིག་པ་མི་ཤེས་པའི་མཁས་མདོག་སྟོན་
མཁན་གྱི་སློལ་ག་རྣམས་ཀྱིས་གསུང་པར། འབྲུ་ནི་སྐབས་འགར་ཡོད་ཅིང་།
སྐབས་འགར་མེད་པ་ཞིག་ཡིན་སྟབས། ང་ཚོའི་བོད་མི་དམངས་ཀྱི་འཕེལ་
འགྲིབ་མེད་པའི་འཆོ་བའི་རྟེན་གཞི་བརྟན་པོ་ཞིག་མ་རེད། དེ་ལ་འབད་
བཅོན་མ་བྱེད། དེ་ལས་གཞན་པའི་དཔལ་འབྱོར་གྱི་ཡོང་ཁུངས་བརྟན་པོ་
ཞིག་བཅའ་དགོས་གསུངས་འདུག །

འོ་ན་དབྱར་ཚུ་དགུན་འབྲུ་མ་ཡིན་པའི་དཔལ་འབྱོར་ཡོང་ཁུངས་བརྟན་པོ་
ཞིག་གང་ཡིན་གསལ་པོ་ཞིག་གསུང་ན་ཡག་པོ་འདུག །དབྱར་ཚུ་དགུན་འབྲུ་
བརྟན་པོ་མེད་པའི་སློར་གསུངས། དེའི་ཚབ་ཏུ་དཔལ་འབྱོར་ཡོང་ཁུངས་
བརྟན་པོ་དེ་གང་ཡིན་མ་གསུངས་པའི་ཆུ་མཆོན་གང་། བླ་ཚོས་གྱི་རིག་
པའི་ལུགས་གཞུང་ལྟར་ན། འདུ་བྱས་ཐམས་ཅད་མི་རྟག་པ་ཡིན་ཚུལ་མ་ཁི་
འདོན་འདོན་རེད། འདིག་རྟེན་ལུགས་ལ་བསྐྱལ་པ་ཆགས་ནས་ད་བར་དཔལ་
འབྱོར་འཕེལ་འགྲིབ་གྱི་གནས་ཚུལ་དེ་ཆུ་མཆོན་ཐ་སྲབས་ལྟར་འགྱུར་ལྡོག་
འགོ་བཞིན་པ་ལས། རྟག་བརྟན་མི་འགྱུར་བའི་དཔལ་འབྱོར་གྱི་ཡོང་ཁུངས་
ཟེར་བ་ཞིག་ལོ་རྒྱུས་ཐོག་བྱུང་ཆུང་མེད་པར་འདྲ། དཔེར་ན། ཨ་རིའི་ཡུལ་
དབུས་ཀྱི་མངའ་སྡེ་མི་ཞི་ཀན། Michigan ཟེར་བ་དེ་ལ། ཁྱོང་ཁྱེར་ཏི་སྟོ་ཡེ་
ཐིའི་ Detroit ཟེར་བ་དེ་ལ། མོ་ཏའི་བཟོ་གྲུ་དེ་འཛམ་བུ་གླིང་གི་མོ་ཏའི་བཟོ་
སའི་བཟོ་གྲུ་ཆེ་ཤོས་ཤིག་རེད། བསམ་ཡུལ་ལས་འདས་པ་ཞིག་ལ། ཕྱི་ལོ་
༢༠༡༤ ལོར་བཟོ་གྲུ་མ་ཆ་རྩིབ་ནས་ཏ་ལོག་པ་རེད། བོད་རང་ལ་མཆོན་ན།

སྤྱི་ལོ་༡༩༧༠་ལོར་རྒྱ་ཆེས་སུ། དཀར་མངའ་ས་ཐོད་རིགས་རང་སྤྱོད་ཁུལ་དུ། བལ་འཕེལ་འཐག་བཟོ་གྲྭ་ 毛纺厂 ཞིག་ཡོད་པ་དེ་ལ་བཟོ་པ་སྤྱོད་ཐུག་སྟག་ཙམ་ཡོད་ཅིང་། རུས་སྐབས་དེར་ཐོད་ཁུལ་ཙམ་མ་ཟད་རྒྱལ་ཡོངས་ལ་སྤྱད་གྲགས་ཡོད་པ་ཞིག་རེད། དེར་སང་མིང་གི་སྟག་མ་ཙམ་གྱུར་ཡོད་པ་འདི་ལ་བལྟས་ན། ལྷ་མ་རྣམ་པས་འདུས་བྱས་མི་རྟག་པ་ཟེར་བའི་དོན་དེ་གོ་ཞིང་མེད་པར་འདྲ། དཔེར་དེ་དག་ལ་བལྟས་ན་དབྱར་རྩ་དབྱན་འབྲུ་སྐབས་འགར་ཡོད་ལ། སྐབས་འགར་མེད་པ་གྱུར་པ་ནི་དངོས་པའི་ཆོས་ཉིད་ཅིག་རེད།

དེས་ན་དཔལ་འབྱོར་འཕེལ་འགྲིབ་ཀྱི་ཆོས་ཉིད་ལ་བལྟས་ན། མིག་སྒར་དབྱར་རྩ་དབྱན་འབྲུ་བཟོ་རྒྱ་ནི། ཐུག་པོའི་ལུས་སྟོབས་ལ་ཕན་པ། རྒྱང་པོའི་སྟོ་རྒྱབ་ལ་ཕན་པ། ཁོར་ཕྱག་སྟོ་རྒྱང་ཙན་དུ་འགྱུར་བ་ལ་ཕན་ཐོགས་ཡོད་པ་ཞིག་ཡིན་པ་ནི་དངོས་ཡོད་གནས་ཚུལ་རེད། དེར་རུས་འཛམ་གླིང་ཐོག་ཁོར་ཕྱག་གྱུར་སྟོབ་ཟེར་བ་དེ་གལ་ཆེན་བྱེད་པའི་རུས་སྐབས་ཤིག་ཡིན་སྟབས། ང་ཆོ་ཐོད་ནང་གི་སྤྱི་ལོག་འགའ་ཞིག་གིས་གྱང་འཛམ་གླིང་གི་ཁོར་ཕྱག་གྱུར་སྟོབ་ཟེར་བའི་འཕོད་སྒྲུལ་དེ་བེད་སྤྱོད་ཅིང་། ཐོད་ཕྱལ་དབྱར་རྩ་དབྱན་འབྲུ་བཟོ་རྒྱ་རི་འགོ་ལ་གད་སྟིགས་དབྱུག་ནས་ཁོར་ཕྱག་ལ་གནོད་སྟོན་ཆེན་པོ་བྱེད་ཚུལ་དང་། དབྱར་རྩ་དབྱན་འབྲུ་བཟོས་ཕྱལ་གྱི་ས་ཁུངས་གིས་ཁོར་ཕྱག་ལ་གནོད་ཚུལ་བཤད་པ་འདི་ནི། དོན་དངོས་འཛམ་གླིང་གི་ཁོར་ཕྱག་གྱུར་སྟོབ་ཟེར་བའི་ནང་དོན་སྟོགས་ཙམ་ཡང་མ་གོ་བའི་ལུང་ཁྲག་ནང་གི་འབྲུལ་རྒྱང་ཞིག་རེད། དེར་རུས་འཛམ་གླིང་ཐོག་གི་ཁོར་ཕྱག་འབག་བཅོག་ཟེར་བ་དེ། སྤྱིར་བྱི་ནང་ལ་གད་སྟིགས་འཕོར་ཆེན་སྒྲུངས་པས་རི་རྒྱང་ཕལ་ཆེར་བརྒྱུད་པ་དང་། སྤྱིར་གི་ནང་དུ་རྣམས་སྟིགས་ཀྱིས་བཀང་བ་དེ་རིགས་ལ་ཟེར། ཐོད་ཀྱི་ས་སྤྱོད་རི་འགོ་རྣམས་སུ་སྤྱོ་ཆས་ཙན་ཅིག་བརྟག་སའི་འབྲིག་ཁྲག་ཁ་ཤས་དང་། ཤོག་ཁྲག་ཁ་ཤས་དོར་བ་དེ་ལ་ཁོར་ཕྱག་འབག་བཅོག་བྱེད་པའི་ལས་ཞེས་པ་དེ་དོས་འདྲིན་བྱས་མེད། ཐོད་ཀྱི་སྤྱི་ལོག་རྣམ་པ་ལ་ཁོར་ཕྱག་གྱུར་སྟོབ་སྟོར་ལ་ཐུག་ལེན་གནང་རྒྱུའི་མོས་པ་ཡོད་ན། ཐོག་མར་སྟོབ་གྲྭ་

ཆེན་མོའི་ནང་དུ་ཁོར་སྤང་སྦྱོར་ཆེད་སྦྱོར་གི་འཛིན་གྱ་ཡོད་པ་དེ་དག་ལ་
ཐེབས་ནས་ཁོར་ཡུག་སྤང་སྦྱོར་གྱི་རྒྱན་ཤེས་ཡག་པོ་ཞིག་སྦྱོར་སྦྱོར་གནང་རྗེས་
ད་གཞོན་ཁོར་ཡུག་སྤང་སྦྱོར་སྦྱོར་ལ་སྦྱོར་གསོ་གནང་ན་ལེགས།

དེ་ལྟར་མ་ཡིན་པ་རང་ཉིད་སྤང་གསལ་གྱི་ཆེད་དུ་འཛིན་སྤྱོད་ན་སྦྱོར་
གསལ་གང་ཆེ་བ་དེ་འབྲལ་སྦྱོར་བྱེད་ཅིང་གང་བྱུང་གིས་སྦྱོར་གསོ་གནང་
ན། གྲོང་གསེབ་གྱི་མི་དམངས་ཀྱི་འཆོ་བ་དང་དཔལ་འབྱོར་ལ་གཞོན་པ་གང་
འཆིམས་བྱེད་ངེས་ཏེ། དཔེར་ན། ན་ལོར་འཕྲིན་ཕུན་ནང་གི་བརྟན་བྱུང་ཞིག་
དུ་འགྲོག་པ་ལྟར་པོ་ཞིག་གིས་དབྱར་ཚུ་དགུན་འབྲུ་ཆག་གང་ཅམ་ཞིག་རྩོ་
ཡིས་བརྟུང་ཞིང་། མི་རྣམས་ལ་ཁོར་ཁྱོ་བསྐྱེད་བྱེད། འཐབ་འབྲུག་འབྱུང་
ཅ། ཁོར་ཡུག་གཞོན་སྦྱོར་བྱེད་རྒྱུ་སྤྲོད་ཐོག་སྤྱོད་ནས་དབྱར་ཚུ་དགུན་འབྲུ་ལ་
བཀའ་བཀྲོན་གནང་བཞིན་ཕྱེ་མར་གཏུབས་ནས་གཏོར་ཞིང་འདུག རྫོང་ས་
ལས་དེས་ཐན་པ་སྤར་མ་གང་ཡང་མེད་པའི་སྦྱོར་སྦྱོར་ཕྱག་ཁ་ཤས་འཕྲོ་
བརྟུག་གཏོར་སོང་། དེ་ནི་སྤྱོད་ལོག་ཅིག་གི་བསྐྱེད་བྱེད་ལ་བརྟེན་ནས་བྱུང་བ་
ཡིན་པ་སྦྱོར་མ་དགོས་པ་རེད། མིག་སྤར་དབྱར་ཚུ་དགུན་འབྲུ་བཞོ་དུས་ལ་
སྦྱོབས་སྦྱབས། མི་ཆང་མས་གནའ་སྒོལ་ལྟར་དབྱར་ཚུ་དགུན་འབྲུ་བཞོ་རྒྱ་ལ་
འབད་བཅོན་ཆེན་པོ་གནང་རོགས། དེ་ནི་ཞིང་འགྲོག་མི་མང་རྣམས་ཀྱི་ལོ་
གཅིག་གི་འཆོ་རྟེན་ཡིན་སྦྱོབས་དུར་ཐག་གིས་འབད་བཅོན་གནང་འོས།
དེས་ནི་ཁོར་ཡུག་ལ་གཞོན་པ་ཡོད་པའི་སྦྱོར་གནའ་པོའི་སྦྱོར་ཆེན་དམ་པ་
ལུས་ཀྱང་མ་གསུངས་ལ། དེར་དུས་ཆེན་རིག་མཁས་པས་ཀྱང་མ་བཤད་པའི་
བྱ་ལས་ཤིག་རེད།

ཞེས་པ་ཕྱི་ལོ་ ༢༠༢༠ ལོའི་ཟླ་བ་བཞི་པའི་ཆོས་ ༢༠ ཉིན་དབྱར་ཚུ་དགུན་འབྲུ་བཞོ་དུས་ལ་
ཉེ་བའི་སྤྲོད་སྦྱོར་ལས་ལ་བསྐྱེད་བྱེད་སྤྱོད་ལ་འདི་ནི་རྒྱལ་ཁམས་པ་ཐུབ་བརྟན་ཕུན་
ཆོགས་དེས་ལྟ་རྒྱལ་མི་རིགས་སྦྱོར་གྱའི་རང་ཤག་ནས་སྤྱོད་པ།

འཇམ་སྒྲིང་དཔེ་སྟོན་ཉིན་མོར་གཞིན་རྒྱ་རྒྱུ་ལ་འབོད་སྟུལ།

2020.4.23

བཀྲ་ཤིས་བདེ་ལེགས། དེ་རིང་ངས་སེ་ཁོན་ཐོད་སྐད་རྒྱུང་འཕྱིན་གྱི་འཕྱིན་
ཕུན་སྤྱི་སྟེགས་འདི་བརྒྱད་ནས་འཇམ་སྒྲིང་དཔེ་སྟོན་གི་ཉིན་མོ་འདི་ལ་ཐོད་
རིགས་གཞིན་རྒྱ་རྒྱུ་ལ་དཔེ་ཆ་ཡག་པོ་སྟོན་པའི་རིགས་ཀྱིས་ཟེར་ནས་འབོད་
སྟུལ་ཞིག་ལྷ་བཞིན་ཡོད། གཞིན་རྒྱ་ཚོ་ལ་འབོད་སྟུལ་ལྷ་དགོས་པའི་རྒྱ་མཚན་
ག་རེ་རེད་ཟེར་ན། མ་འོངས་པའི་ཐོད་ཀྱི་སྤྱི་ཚུགས་རིག་གསུམ་གྱི་དམིགས་
ཡུལ། སྤྱིད་འབྱོར་རིག་གསུམ་གྱི་བདག་པོ་འདྲ་པོ་དེ་ཁྱོད་རང་ཚོ་ཆགས་
བསྐྱད་ཡོད་རེད། བྱས་ཅང་། ཁྱོད་རང་ཚོས་དཔེ་ཆ་མང་ཅམ་སྟོན་སྟུགས། ལྟོད་པ་
དེ་སྟོ་ཡག་པོ་ཞིག་བྱས། ལྷ་རྒྱ་དང་མཐོང་རྒྱ་ཆེན་པོ་ཆགས་ཡོད་ན། མི་རིགས་
ཡར་རྒྱས་གཏོང་ཡས། ལུང་པ་ཡར་རྒྱས་གཏོང་ཡས། མི་དམངས་ཀྱི་འཚོ་བ་
ཡར་རྒྱས་གཏོང་ཡས། ཚང་མ་ལ་ཕན་ཐོགས་ཡག་པོ་ཞིག་ཡོད་རེད། འཇམ་
སྒྲིང་གི་ལུང་པ་ཡར་རྒྱས་འགོ་ཡས་དེ། ཚང་མ་དཔེ་ཆ་མང་པོ་བསྟུས། འཇམ་
སྒྲིང་གི་གནས་ལུགས་གནས་ཚུལ་མང་པོ་ཞིག་ཕར་ཚུར་ཉ་གོ་བ་བྱས་ནས་མི་
རྒྱུང་པ་རྒྱུང་པོ་མང་པོ་ཞིག་ཡོད་ནས་ཡར་རྒྱས་སྤྱིན་བསྐྱད་པ་རེད། ང་རང་
ཚོ་དེའི་མཉམ་པོ་ལ་ཡར་རྒྱས་འགོ་དགོས་ཀྱིན་ཡོད་རེད། ང་ཚོ་ད་བར་རུ་ཞེ་
དཀ་འགོ་སྟབ་ཡོད་མ་རེད། སྟོན་མ་ཡིན་ན་དཔེ་ཆ་རྒྱུ་རྒྱུ་རེད། དེང་སང་
དཔེ་ཆ་དེ་ཤོག་སྟུ་གཅིག་སྟུའི་དཔེ་ཆ་མ་རེད། བརྒན་འཕྱིན་གྱི་དཔེ་ཆ་ལྷ་
ཚོག་གིན་ཡོད་རེད། ཁ་པར་གྱི་དཔེ་ཆ་ལྷ་ཚོག་གིན་ཡོད་རེད། དཔྱད་ཚུལ་
དག་དག་གི་ནང་རུ་ལྷ་ནས། དཔེ་ཆ་ལྷ་ཟེར་ཡས་དེ་ཡང་དམིགས་ཡུལ་དང་
བཅས་པའི་ལྷ་དགོས་རེད། དཔེ་ཆ་ལྷ་རྒྱས་ངས་དཔལ་འབྱོར་གྱི་ཐད་ལ།
འཇུགས་བརྒྱན་གྱི་ཐད་ལ། ཡང་ན་སོ་སོའི་སྒོ་གོས་ཀྱི་སྟོ་མོ་འབྱེད་པའི་ཆེད་རུ་
དཔེ་ཆ་གང་དང་གང་དེ་ལྷ། འཇམ་སྤྱི་ཚུགས་ཀྱི་གནས་ཚུལ་ག་འདྲ་ཡོད་གི་

འདུག་དེའི་སྐོར་ལ་དཔེ་ཆ་བལྟ་དགོས་དུས་ནས་དཔེ་ཆ་གཅིག་དམིགས་ལྟལ་
ཡོད་པའི་སྐོར་ནས་བལྟ་དགོས་རེད་མ་གཏོགས། ང་ཚོ་བོད་ཀྱི་ཨ་མ་ཚོ་དང་འདྲོན་
སྒངས་བྱས་ནས་དཔེ་ཆ་ཁ་ནས་མར་ཐག་ཐག་བཟུང་ནས་སློག་བསྐྱད་ན་པན་
ཐོགས་ཡོད་མ་རེད། དཔེ་ཆ་མང་པོ་སློག་ན་སློག་གི་སྐོ་མོ་འབྱེད་པའི་པན་
ཐོགས་ཡོད་རེད།

གཉིས་པ་དེ་ག་འདྲ་ཡོད་རེད་ཟེར་ན། སློ་སྐྱེ་ལྟ་ན་དཔེ་ཆ་མང་པོར་
བལྟ་ཆར་རུས། ང་རང་ཚོ་རང་གི་སྲུང་པ་དེར་རང་གིས་བདག་པོ་རྒྱུ་ཐུབ་
ཀྱིན་ཡོད་རེད་མ་གཏོགས། ང་ཚོ་ད་ལྟ་བོད་པ་མང་པོ་ཞིག་གིས་སྲུང་པ་དེ་
རང་གིས་བཅོད་སྡོད་གཏོང་མི་ཐུབ་པར་བྱེད། མིའི་བྲན་གཡོག་གི་སྲུང་པ་
ཆགས་འགྲོ་གིན་འདུག །ལྟག་པར་ཅན་རུ་ང་ཚོ་ཡོན་ཏན་མེད་ཆར་རུས་ཆོས་
ལྷགས་པ་དང་ཆབ་སྲིད་པ་དེ་ཆོས་ག་རེ་བཟུང་བེད་རེད་མ་གཏོགས། རང་གིས་
བསམ་སློག་ཏོང་ཤེས་ཀྱིན་ཡོད་མ་རེད། རང་རྒྱ་ཐུབ་པའི་སྲུང་པ་བཅོད་སྡོད་
གཏོང་དགོས་ན། ཚན་རིག་པ་ཆགས་ཡོང་གིན་ཡོད་རེད། བྱས་ཅང་། རང་རྒྱ་
ཐུབ་པའི་སྲུང་པ་དེ་བཅོད་སྡོད་གཏོང་དགོས་ན། ཡིད་ཆེས་བཟོ་ས་དེ་བདེན་
དོན་ལ་ཡིད་ཆེས་བྱེད་ཀྱིན་ཡོད་རེད། ང་ཚོས་དངོས་པོའི་གནས་ལྷགས་ལ་
ཡིད་ཆེས་བྱེད་ཀྱིན་ཡོད་རེད་མ་གཏོགས། མི་སྲུ་གཅིག་ལ་ཡིད་ཆེས་བྱེད་
དགོས་ཀྱིན་ཡོད་མ་རེད། སློ་ལོག་པ་སྐྱོན་ཡོང་ན་ང་ཚོས་དེ་ལ་ཡང་ཐུགས་རྗེ་
ཆེ་བཟུང་ནས་བསྐྱད་དགོས་ཀྱི་ཡོད་མ་རེད། འཇམ་བྱ་སྤྱིང་གི་གནས་ལྷགས་དེ་
ག་འདྲ་ཞིག་ཡར་རྒྱས་འགྲོ་བཞིན་འདུག །མི་གཞན་དག་དེ་ཚོས་ལྟང་པ་ག་
འདྲ་ཞིག་ཡར་རྒྱས་གཏོང་གིན་འདུག །དཔལ་འབྱོར་ག་འདྲ་ཡར་རྒྱས་གཏོང་
གིན་འདུག །སློབ་གསོ་ག་འདྲ་ཡར་རྒྱས་གཏོང་གིན་འདུག །ང་ཚོ་ཡང་དེའི་
རྗེས་སྲུ་འབྲངས་དགོས་པ་ཤེས་ཡས་དེ་ཉ་ཅང་གལ་ཆེན་པོ་རེད།

དོན་དག་གསུམ་པ་དེ་ལ་དམིགས་བསལ་རུ་ཞུ་དགོས་པ་ཞིག་།དེང་སང་ང་
ཚོ་ལོ་གཞིན་ལྷ་ཚོ་དང་། ལྟག་པར་རུ་གསར་འགྱུར་ལས་ཀ་བྱེད་མཁན་དང་།

དཔེ་སྟུན་གྱི་ལས་ཀ་བྱེད་མཁན། ཡིག་བསྐྱར་ལས་ཀ་བྱེད་མཁན་དེ་ཚོས་ཡིག་
ནོར་རྩེ་མང་རྩེ་མང་རུ་འགྲོ་བཞིན་འདུག །འདིར་གཟབ་གཟབ་ཅིག་གནང་
རྟེན་གྱིས། འདིའི་སྤྱིང་རུ་སྤྱུལ་རྟགས་དག་གསུམ་མང་པོ་སྟོགས་རྟེན་
གྱིས། དེའི་སྤྱིང་རུ་ཐོད་ཡིག་གཅིག་པོ་མ་ཡིན་པར་རྒྱ་ཡིག་གི་སྤྱུལ་རྟགས་
དག་གསུམ་དང་དབྱིན་ཡིག་གི་སྤྱུལ་རྟགས་དག་གསུམ། དེ་ཚོ་ཚང་མ་འཛམ་
སྤྱིང་གཅིག་འབྱུར་རེད། ང་ཚོ་འཛམ་སྤྱིང་གི་བརྒྱ་སྟོད་རིག་པའི་སྟོམ་གཞི་
དེའི་ནང་རུ་ཐོད་སྐད་ཀྱི་བརྒྱ་སྟོད་རིག་པ་ཡར་རྒྱས་འགྲོ་ན། དེ་ནས་ཐོད་
སྐད་འཛམ་བུ་སྤྱིང་གི་བརྒྱ་སྟོད་དང་གོམ་པ་གཅིག་འགྲོས་གྱིས་ཡར་རྒྱས་སྤེལ་
ཡོང་གིན་ཡོད་རེད། དེའི་སྤྱིང་རུ་སྟུན་དག་གི་དཔེ་ཆ་མང་པོ་བཟུང་གོས།
སྟུན་དག་གི་དཔེ་ཆ་མང་པོ་བཟུས་ན་ཚོམ་ཡིག་འབྲི་སྤངས། ཚོམ་གྱི་སྟོ་བ།
ཚོམ་གྱི་རང་བཞིན་དེ་ཚོ་ཡག་པོ་ཞིག་ཡོང་གིན་ཡོད་རེད། དཔེར་ན་དགེ་
འདུན་ཚོས་འཕེལ་གྱི་ཚོམ་འདྲ་པོ་མ་གཏོགས། དེར་སང་ང་ཚོ་ཚོམ་པ་པོས་
བྲིས་པའི་ཚོམ་གྱི་ནང་རུ་ཐོད་ཡིག་ཡིན་པ་ལ་ནང་དོན་མ་གོ་བ་ཆགས་ཡོང་
གིན་འདུག །དེ་དཔེ་ཆ་མང་པོ་མ་བཟུས་པའི་སྟོན་རེད། དེ་ནས་ཚད་མའི་
རིགས་ལམ་འདི་དཔེ་གལ་ཆེན་པོ་རེད། ལྷག་པར་ཅན་རུ་ང་ཚོའི་ལས་ཁུངས་
ནང་རུ་ལས་ཀ་བྱེད་མཁན་ལས་བྱེད་པའི་མི་ཞིག་ཡིན་ན་སྤྱུལ་རྟགས་དག་
གསུམ། སྟུན་དག་ །ཚད་མ་དེ་མ་ཤེས་ཐབས་མེད་འདྲ་པོ་ཆགས་བསྐྱད་ཡོད་
རེད། ཚད་མའི་རིགས་ལམ་ལ་བསྟེན་ནས་སྐད་ཆ་གང་བཤད་ན་ཁུངས་ཡོད་
པ། ཁུངས་ཡོད་པ། རྒྱ་མཚན་ཡོད་པ། རྒྱ་སྤྱི་འགལ་བ་མེད་པ་དེ་འདྲ་ཞིག་ཡོང་
བསྐྱད་བཞིན་ཡོད་རེད། བྱས་ཅང་རྒྱ་མཚན་ནམ་པ་གསུམ་གྱི་སྟོན་ནས་ཐོད་
རིགས་གཞིན་ཅུ་ནམས་གྱིས་དཔེ་སྟོག་གི་རུས་ཆེན་འདི་ལ་དཔེ་ཆ་མང་པོ་
ཞིག་བསྐྱག་འོས། དཔེ་སྟོག་གི་རུས་ཆེན་འདི་བརྒྱད་ནས་མ་འོངས་པ་དཔེ་
ཆ་མང་པོ་ཞིག་བསྐྱག་ན་རང་གི་སྟོ་སྟོ་ཕྱེ། རང་གི་ཁྱད་པ་རང་གིས་བེད་སྤྱོད་
གཏོང་ཐུབ་ཡས་ཞིག་ཡོང་པའི་རེ་བ་ཡོད། བཀྲ་ཤིས་བདེ་ལེགས།

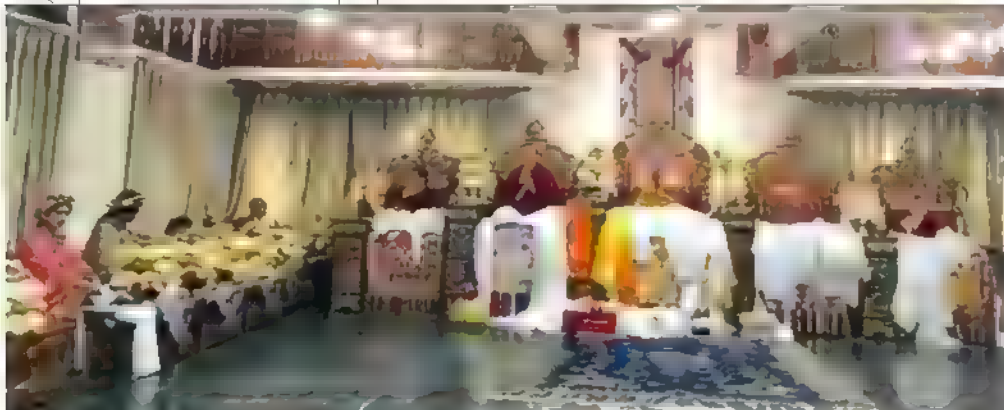
སྤྱི་ཆེན་རྒྱལ་ཁབ་ལ་རང་ཆེད་འབྲེལ་ཕྱོད་དོན་འོས།

2020.5.26

ཐོད་གྱི་སྤྱི་ཆེན་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱིས་རྒྱལ་རྒྱུ་རྒྱ་མི་དམངས་ཀྱི་སྒོ་སྒྲོལ་བྱེད་ཐབས་
 དང་། མོངས་པ་སེལ་བྱེད་གྱི་བཀའ་སློབ་སྒྲོམ་དང་། སློབ་སྦྱང་ལ་འབད་
 བཅོམ་དགོས་པའི་སྒྲུལ་སློང་གང་མང་གནང་པའི་རེ་བ་ཡོད། ས་སྒྱུ་གོང་མ་
 རི་ལོ་རྒྱལ་རང་བཞིན་ལྷན་པའི་སྤྱི་མ་ཞིག་རེད། ངས་ཀྱང་ཁོང་ལ་སྦྱིང་ཐག་
 པ་ནས་བཅི་བཀྱར་ཡོད། ཁོང་གི་འཆོ་བ་དང་། ཆས་གོས་རི་ལྟར་གནང་
 ཡང་དེ་རི་ལོ་རྒྱལ་གྱི་ཤུལ་བཞག་ཅིག་རེད། འོན་ཀྱང་ལོ་རྒྱལ་རང་བཞིན་
 ལྷན་པའི་སྤྱི་ཆེན་ཞིག་གིས་བོད་མི་དམངས་དང་། ལྷག་པར་རྒྱུ་ཉིད་གྱི་
 གཏུང་སྒྲུལ་རྒྱལ་ཁབ་ལ་རྒྱལ་རབས་དང་མཐུན་པའི་བཀའ་སློབ་དང་། ལམ་
 སྟོན་གནང་ཐུབ་པའི་རེ་བ་དང་འཐོད་སྒྲུལ་བྱ་གི་ཡོད། མིག་སྔར་བོད་མི་
 དམངས་ལ་དགོས་གཤམ་ཆེ་ཤོས་དེ་ཆོན་རིག་གི་སློབ་གསོ་རེད། སྤྱི་ཆེན་རྒྱལ་
 པས་བོད་མི་དམངས་ལ། སྒོ་སྒྲོལ་བྱེད་ཐབས་སྒྲོམ་གྱི་བཀའ་སློབ་མང་ཙམ་
 གནང་བའི་རེ་བ་ཡོད།

དེར་རྒྱལ་རྒྱལ་རབས་ཉེར་གཅིག་པའི་ནང་རྒྱ་སྤྱོད་སྤྱི་ཀྱང་རང་རྒྱ་
 ཐུབ་པའི་འཆོ་བ་ཞིག་སྒྲུལ་མི་ཐུབ་པར། ས་མེས་ཀྱི་རྒྱལ་དང་། སྟོན་པའི་ན་
 བཟའ་ལ་བརྟེན་ནས་བོད་མི་དམངས་ལ་ལག་པ་གཟེད་ཅིང་། བཟའ་ཉོབ་
 རྒྱལ་ཁ་གསོ་བའི་ཐབས་ལ་བཅོམ་དགོས་པ་ནི་རྒྱལ་རབས་དང་མི་མཐུན་
 པའི་གནས་སྟངས་ཤིག་རེད། སྟོན་པའི་རྗེས་འབྲུག་གི་ན་བཟའ་གསོལ་དགོས་
 བ་ཆ་སྤྱོད་གཙོ་བོ་དེ་ཚུལ་བྱིས་རྒྱལ་པ་དག་པ་སྤྱང་མཁན་ཞིག་ཡིན་དགོས་
 པ་སྒྲོས་མ་དགོས་པ་རེད། ས་སྤྱོད་ཆོང་མས་སྤྱི་མའི་ཆས་གོས་གསོལ་བ་ནི་
 ནང་པ་སངས་རྒྱལ་པའི་ཆོས་ལུགས་ཀྱི་ལུགས་སྒོལ་མིན་པ་ནི་ཆོང་མས་
 མཐུན་གསལ་ལྟར་རེད། འོན་པ་སྤྱོད་ཆོང་མས་གཟན་ཤམ་གྱོན་པ་འདི་བོད་མི་
 རིགས་ཀྱི་སྒོལ་རྒྱུ་གྱི་ཆས་གོས་ཡིན་ནམ་ཞེ་ན། དེ་ལྟར་མ་ཡིན་པ་ནི་བོད་

མི་ཀྱན་གྱིས་མཁུན་གསལ་ལྟར་རེད། སྤྱ་སྤྱལ་ནམ་པས་གཟན་ཤམ་གྱོན་
 ཞིང་སྤྱ་གྲུ་པང་རུ་བཟུང་ནས་བསྐྱེད་པ་འདི་ནི་སྟོན་པ་ཤུག་སྤྱབ་པ་ལ་དམའ་
 འབེབ་པའི་བྱ་བ་ཞིག་མིན་ནམ་སྟེ། དེས་ན་པ་སྤྱ་ཚང་མས་ཆས་གོས་འདི་
 འདྲ་ཞིག་བྱེད་པ་འདི་ནི་མི་རིགས་གཞན་པ་ཞིག་གི་ཆ་ལྷགས་ཡིན་ཞེས་དྲིལ་
 བསྐྱགས་འོས་པར་སེམས། །



རང་ཆེ་རང་བཟྱག་གི་སྟོན་ནས་འདི་ལྟ་བུའི་སྤྱོད་པ་འདི་ནི་རུས་རབས་དང་མི་
 མཐུན་པ་ཞིག་རེད། བྱིམ་ཚང་གཅིག་གི་བཟའ་མི་ཚང་མ་ལ་བྲི་མཐོན་དམན་
 མི་འདྲ་བ་ཁ་ཤས་ཤིག་གི་ཐོག་རུ་སོ་སོར་འདུག །དེ་ལས་གཞན་པ་ཐམས་
 ཅད་ཐང་རུ་བསྐྱེད་དགོས་པའི་འབྲུག་སྟོན་འདི་ནི་བཀའ་བཀོད་རྒྱན་འཛིན་
 གྱི་བསམ་སྟོ་མ་ནོར་བ་ཞིག་རེད། ཐོད་མི་དམངས་རྣམས་བྱན་གཡོག་གི་
 བསམ་སྟོའི་འདུ་ཤེས་བརྟན་པོར་འཛིན་ཞིང་། དེ་ལས་སད་མི་སྤྱབ་པར་བྱེད་
 པའི་རྒྱུད་སྟོན་ཞིག་ཀྱང་རེད། འདི་ལྟ་བུ་བཀའ་བཀོད་རྒྱན་འཛིན་གྱི་བསམ་
 སྟོ་དང་། ལྷགས་སྟོལ་ལ་དང་ལེན་དང་། དད་པ་བྱེད་མཁན་དེ་དག་ནི་རང་
 ལ་ཡོན་ཏན་མེད་སྟབས། ང་ཚོ་ནི་ཁོང་རྣམ་པ་ལས་ཤ་རུས་རིགས་རྒྱུད་ཐམས་
 ཅད་དམན་པ་ཞིག་ཡིན་སྟེ། བའི་བྱན་གཡོག་གི་བསམ་སྟོ་དོར་མ་སྤྱབ་པའི་
 ཐོད་རིགས་རྒྱན་པོ་ལལ་ཆེད། ཐོད་ཀྱི་ཞིང་འབྲོག་ས་ཁུལ་ནས་ཡིན་པའི་ཡིག་
 རྩེད་དེ་ཆེ་རེད།

པོད་ཀྱི་སླ་སྦྱལ་ནམ་པ། རང་གི་མི་རིགས་སྤྱན་པོ་འདི་ཚོ་ལ་སྤྱིར་རྒྱུ་སྤྱོད་
ནས་ཁོ་ཚོ་ཚོངས་གཉིད་ལས་སད་ཐབས་ཀྱི་བཀའ་སློབ་མང་ཙམ་གནང་བའི་
འབྲོད་སྦྱལ་ཞུ།

ཞེས་པ་རྒྱལ་ཁམས་པ་སྐབ་བསྟན་སྤྱན་རྒྱལ་སྤྱོད་དེས། རྒྱ་ནག་ཁྲིན་ཏུའི་ཤོར་གི་ཚོ་ལུབ་
མི་རིགས་སློབ་གྲྭ་ཆེན་མོའི་རང་ཤག་ནས། ཁྱིལ་༢༠༢༠ལོའི་ཟླ་བ་༥ པའི་ཚེས་ ༢༤ཉིན་གུས་
པས་སྤྱིར་སྤྱོད། །



༥ གཅིག །དགེ་འདུན་པས་བྱད་མེད་ལ་གུས་ཕྱག་བྱེད་པ་དེ་པོད་ཀྱི་ནང་པའི་ཚོས་
ལྷགས་དང་འགལ་བ་ཞིག་རེད། བྱད་མེད་ཚོས་ཀྱང་དེ་བཞིན་དགེ་འདུན་པའི་ཕྱག་ལ་
སྤང་མེད་བྱེད་པ་དེ་མ་རབས་ཀྱི་སྤྱོད་པ་ཞིག་རེད།

༦ གཉིས། བཀའ་བཀོད་རྒྱན་འཛིན་ལམ་ལྷགས་ལ་ཚོངས་དད་བྱེད་མཁན་དེ་མདོ་
དབུས་ཁམས་གསུམ་གྱི་ས་ཁུལ་ནམས་ལས་ཁམས་པ་མང་།

༧ གསུམ། ཁྱི་རྒྱལ་ཡོད་པའི་པོད་རིགས་ནམས་ནི། པོད་ནང་གི་མི་དམངས་ལས་ཚོངས་
དད་ཆེ་བ་དང་ཡོན་ཏན་རྒྱུ་བ་རེད་འདུག།

མིག་ཟུང་བོད་དྲ་དར་བྱུང་བའི་ཆོས་ལོག་བདུན།

2020.6.30

ཡུལ་ཁམས་ཡར་རྒྱས་ཆེ་རྒྱུ་དེ། །
ཡུལ་མིའི་སློབ་གསོའི་ཚད་ལ་རགས། །
ཡང་དག་ཚན་རིག་སློབ་གསོ་ཡིས། །
ཡོ་རོབ་ཡར་རྒྱས་ཕྱིན་ལ་ལྟོས། །
ཚན་རིག་སློབ་ཞིང་ཆོངས་དད་སྤངས། །
རྒྱལ་སྐྱེམས་སྤྱང་ཞིང་ཆོས་སྐྱེམས་དོར། །
དངོས་པོའི་དཔལ་ཡོན་དང་སྤངས་ན། །
འབྲུལ་པའི་སྤྱོད་བསམ་རིམ་བཞིན་ཡལ། །
ནང་གི་ལུས་ཁམས་བདེ་ཐང་ལ། །
སྤྱི་ཡི་ཁོར་ཡུག་དྲངས་གཙང་གནད། །
ཆོངས་པ་བོད་ཀྱི་སློབ་གསོ་ཡིས། །
ཁོར་ཡུག་གཏོར་བཤེགས་བྱས་ལ་ལྟོས། །
སྤྱི་ཡི་འབག་བཙོག་གད་སྤྱིགས་དང་། །
ནང་གི་འབག་བཙོག་ཆོངས་དད་ཡིན། །
འབག་བཙོག་གཉིས་དང་བྲལ་འདོད་ན། །
ཡང་དག་ཚན་རིག་སློབ་གསོར་འཇུག། །
ཆོ་བསོད་བསྐྱེད་པའི་ཐབས་ལམ་ལ། །
སེམས་བསྐྱེད་བཟང་པོའི་ཕྱིན་བཙལ་དགོས། །
རང་ཕན་འདོད་པའི་དར་ལྗོན་གིས། །
གཞན་གྱི་ལུས་སེམས་སྤྱག་ལ་སྒྱུར། །
རི་དྲགས་ནམས་ཀྱི་མགོ་སྐྱོ་བཅིངས། །

སྒོ་ཕྱགས་ནམས་ནི་ཐག་རྒྱར་ཚུད། །
 ཉིན་མཆན་ལྟོས་མེད་སྤངས་སྒྲག་མཐར། །
 ལྟོག་གིར་འཆི་བ་སྒྲིང་རྗེའི་གནས། །
 ལྷ་ལྡང་ཉི་མའི་འོད་དང་བྲལ། །
 འབྲུ་སྒྲིན་ནམས་ཀྱི་བདེ་དྲོད་བཅོམ། །
 ས་གཞིར་བརྟུང་བྲལ་བྱེ་ཐང་རྒྱར། །
 སྒྲིང་དོས་བདེ་ཐང་ཁོར་ཕྱག་གཏོར། །
 ལྟོན་ཤིང་ནམས་ཀྱི་ཚ་བ་རུལ། །
 ཤིང་ཚེ་ཕལ་གྱི་འདབ་ལོ་སྒྲེམ། །
 བྲགས་ཆལ་ཁོད་ཀྱི་སྒྲོག་གཅོད་རྒྱ། །
 མོངས་པའི་དར་ལྟོག་ཁོར་ཕྱག་དག། །
 ས་བརྟུང་འཕེལ་བའི་གཏོར་བུམ་དང་། །
 ཁོར་བརྟུང་འཕེལ་བའི་ཁོར་བུམ་ནམས། །
 མཆོ་ཡི་བརྟུང་རུ་དབྱུགས་པ་དེ། །
 མཆོ་གནས་ནམས་ལ་རུག་རུ་རྒྱར། །
 ཁོར་དང་ཅན་ནམས་ཆོས་པར་བརྒྱས། །
 སྒྲོག་བསྐྱའི་རྒྱལ་མཆན་བོད་རུ་བཅུགས། །
 ལྟན་དང་ཅན་གྱིས་བསགས་པའི་སྒོར། །
 གཡོ་ཁམ་ཅན་གྱི་རུམ་རུ་ལྷང་། །
 རྒྱ་ཉ་ཉོས་ཏེ་བོད་རུ་བྲངས། །
 བོད་ཀྱི་ཚུ་མཆོ་ཉ་རོས་ཁེངས། །
 སྒྲོག་བསྐྱ་ཆོགས་པའི་སྒྲོག་བཅད་འདི། །
 དགེ་སྤྱི་གང་ཡིན་ལེགས་པར་དཔྱོད། །
 རྒྱབ་བརྒྱད་ཤིང་ན་ཆེ་བརྒྱད་གྱི། །
 ལྷ་མ་གོང་མས་མ་གསུངས་པའི། །

རྒྱ་སྒྲ་གསར་པའི་མཛེད་སྤྱོད་ལས། །
 དམར་ཟས་སྤང་པའི་བཀའ་ལྷུང་ཐེབས།
 རྟོན་པ་རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་ཀྱིས། །
 འདུལ་བྱིས་ཀྱིས་བརྒྱ་ར་གསུམ་ལས། །
 དམར་ཟས་སྤང་དགོས་མ་གསུངས་ན། །
 སལ་པའི་འགྲོ་ལ་རི་ལྟར་བཀག།
 དེར་རུས་ཐོད་ཀྱི་སྤྱི་སྤྱུལ་ཚོས། །
 འདུལ་བྱིས་ཀྱི་རི་ལྟར་མ་མཁུན་པར། །
 མདོ་སྤེའི་ཚོག་རུམ་འགའ་སྤྱུག་ནས། །
 དམར་ཟས་བཀག་པ་ཏ་ཤར་ལྷགས། །
 སན་པའི་ཟས་རིགས་སྤྱི་མས་བཀག།
 གད་སྤྱིགས་ཟས་རིགས་དགོན་པས་བཙོང་། །
 དད་ལྡན་ཐོད་མའི་ལུས་ཁམས་ལ། །
 བད་རིགས་སྤྱི་ཚོགས་འཇའ་ལྟར་བཀྲ། །
 མདོར་ན་སྤྱོད་ཐོད་ཚོས་ལྷགས་ཀྱིས། །
 སྤྱི་ཡི་ཁོར་ལྷག་འབག་བཙོག་བྱེད། །
 བད་གི་ལུས་ཁམས་བད་ཀྱིས་བྱབ། །
 ཐོད་ཁམས་ལོག་པའི་ལམ་རུ་བྱིད། །

མིག་སྒར་ཁམས་སྤྱོགས་ཀྱི་ཚོས་ལོག་ལྷ་བཤད་པ། དམ་པའི་ཚོས་བསྐྱབ་
 བ་ཐོག་མར་རང་འདོད་སྤངས་ནས་གཞན་སན་གྱི་ཀུན་སྤོང་རྣམ་པ་དག་པ་
 བྱིག་གི་སྤོ་ནས་དགེ་བ་བསྐྱབ་དགོས། ད་ལྟའི་ཁམས་སྤྱོགས་ཀྱི་ཚོས་ལོག་སྐྱབ་
 མཁན་རྣམས་ནི་སྤྱི་ལོག་རྣམས་ཀྱིས་ཚོས་ལོག་གི་སྤོབ་སྤོན་འག་རྒྱ། གཞན་གྱི་
 ཁེ་སན་བྱུང་གསོད་བྱེད། རང་ཉིད་མིང་གྲགས་ཅམ་གྱི་ཆེད་རུ་གཞན་དོར་
 འབྲབ་སྤོན་གྱི་ཚོས་ལོག་ལྷ་ནི།

༡ ལྷུང་བསྐྱེད་དར་ཚུགས་སྒྲིབ་པ། འདི་ནི་བོད་ཀྱི་ཡུལ་སྒྲོལ་རྟིང་པ་ལས་རང་ཉིད་ཆོ་བསོད་ལྷུང་རྟ་སྐྱེད་བྱེད་ཀྱི་ཆོ་ག་ཞིག་ཡིན། ཆོ་ག་དེ་ནི་རི་འགོ་མཐོན་པོ་རྣམས་སུ་ལྷུང་བསྐྱེད་ཀྱི་དར་ཚུགས་རྟིན་འབྲེལ་མཚོན་བྱེད་ཅམ་སྒྲིབ་པ་མོ་ལྷུང་གཏོ་སེལ་གྱི་རིམ་གྱི་ཞིག་རེད། འོན་ཀྱང་དེར་རྟམ་རང་ཉིད་ལ་དཔལ་འབྱོར་གྱི་རྟམ་ཕྱགས་ཆེན་པོ་ཡོད་པ་སྟོན་པའི་ཆེད་དུ་རི་ལྷུང་ཐམས་ཅད་དར་ཐག་དོ་པོ་མང་པོ་འཐེན་ཞིང་ཡོད་སྟབས། དེའི་དར་ཐག་གི་ཐོག་དུ་སེམས་ཅན་རི་རྟགས་དང་། གཡུང་རྟགས་མང་པོའི་རྩ་དང་སྐྱེ་འཁྲུག་གི་ཤི་བ། འགྱིག་རས་དེ་དག་ཐོག་ལྷག་གིས་ཐོས་པས་པོ་བའི་ནང་ཁྱུ་མ་ཐུབ་པས་ཤི་ཁྱེན་བྱས་པ། འགྱིག་རྟག་གི་གྲིབ་མས་སའི་ངོས་ཀྱི་རྩ་སྐྱམ་ཞིང་འབྱ་གི་བ་བཅས་ནི་ཆོས་ལོག་གི་འབྲས་བུ་རེད།

༢ གཏེར་བུམ་སྐྱས་པ། འདི་ཡང་གནའ་བོའི་བོད་ཀྱི་ཡུལ་སྒྲོལ་རྟིང་པ་ཞིག་སྟེ། ཡུལ་གྱི་དབུས། རིའི་ཉེ་བ་ལྟ་བུ་སའི་དབུད་བཟང་བའི་གནས་སུ་རིན་ཆེན་སྒྲ་ལྷས་བསྐྱབས་པའི་བུམ་པ་གཅིག་སྐྱས་པ་ནི་ཡུལ་དེའི་ས་བཅུད་དང་། ཡུལ་བཅུད་མི་ཉམས་པར་བྱེད་རྟིན་འབྲེལ་ཆེད་དུ་ཡིན། དེར་རྟམ་སྒྲ་ལོག་རྣམས་ཀྱིས་དེའི་གནད་མ་ཤེས་པས། རྩ་སྐྱབས་ཡོད་པ་མཚོན་བྱེད་དུ་བུམ་བརྒྱ་ཕྱག་མང་པོའི་ནང་དུ་དངོས་རྒྱས་ཡ་མ་བྱུང་མང་པོ་བྱགས་ཤིང་། མི་བརྒྱ་ཕྱག་མང་པོ་ཁྱོམ་དུ་བོས་ཤིང་རི་མཐོ་ས་གཙང་གི་ཡུལ་གྱི་རྩ་བོ་དང་། མཚོ་རྫིང་རྣམས་སུ་བུམ་པ་བརྒྱ་ཕྱག་མང་པོ་དར་གྱིས་ཐུབས་བྱགས། མི་རབས་མང་པོས་སྤང་སྒྲོབ་བྱས་པའི་རྩ་མཚོ་རྣམས་འབག་བཙོག་བྱེད་ཅིང་ཡོད་པ་ནི་ཆོས་ལོག་གི་འབྲས་བུ་རེད།

༣ སྒོག་བསྐྱེད། སྒོག་བསྐྱེད་ནི་གནའ་བོའི་བོན་ལྷགས་ཀྱི་མོ་ལྷུང་གཏོ་སེལ་གྱི་ཆོ་ག་ཞིག་རེད། བད་པ་ཚབས་ཆེན་བྱུང་ན་དེའི་ཆོའི་བར་ཆད་སེལ་བྱེད་ཀྱི་རྟིན་འབྲེལ་དུ་སེམས་ཅན་རེ་གཉིས་ཅམ་ཆོ་ཐར་བཏང་བའི་ལྷགས་སྒྲོལ་ཡོད་པ་རེད། དེར་རྟམ་སྒྲ་ལོག་རྣམས་ཀྱིས་བོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་ཐོག་དུ་མ་དར་བའི་ཉ་སྒོག་བསྐྱེད་པའི་ལས་འགུལ་སྒྲེལ་ཞིང་། རྩ་བོད་སྒོབ་མ་རྣམས་ལས་

སྒྲོ་མོ་བཅུ་ཞིང་ཉ་སྐ་སྤྱིས་མང་པོ་མངགས་ཉི་བྱེད་ཅིང་། ཁ་སང་བཟུང་
པའི་ཉ་རྒྱམས་དེ་རིང་ཚུ་ནང་དུ་སྤྱགས། དེའི་སྤྱི་ཉིན་ཉ་རོས་ཚུ་ཁ་ཁིངས་
ནས་ཚུ་པོ་ཐམས་ཅད་འབག་འཛིག་བྱེད་པ་ནི་ཚོས་ལོག་གི་འབྲས་བྱ་རེད།

༤ དཀར་ཟས་ལས་འགྲུལ། ཟས་རིགས་གང་ཟ་ནི་མི་སོ་སོའི་ལུས་ཁམས་
ཀྱི་ཆ་སྟེན་དང་། གནམ་གཤིས་དང་། ཁོར་ཕྱག་ལ་རག་ལས་ཡོད་པ་ཞིག་
རེད། ཚན་རིག་འཕྲོད་བསྟེན་གྱི་རྒྱན་ཤིས་ཅམ་ཡང་མེད་པའི་སྤྱི་ལོག་དག་
གིས། རྒྱལ་བའི་བཀའ་བསྟན་གང་ལའང་མེད་པའི་དཀར་ཟས་ཟེར་བའི་
ལས་འགྲུལ་ཞིག་སྤེལ་བ་ནི། གཙོ་བོ་རྒྱ་རིགས་སློབ་མ་རྒྱམས་ཀྱིས་དད་གུས་
ཡོང་ཆེད། རྒྱ་རྩ་ཤར་གི་ཤ་མི་བ་པའི་ལུགས་སྤོལ་དེ་ཐོད་མི་དམངས་ལ་ར་
མགོ་ལུག་སྤྱར་གྱི་བཀའ་སློབ་གནང་། ཐོད་མི་སྤྱན་པོ་རྒྱམས་ཀྱིས་སྤྱི་མ་ལ་
ཡིད་ཆེས་ནས་རང་ཕྱལ་གྱི་ཟས་རིགས་སྤྱས་ལེགས་དེ་སྤངས། རྒྱ་ཕྱལ་ནས་
ཁོ་ལེ་དང་། སྤང་དམར་ལ་སོགས་དུས་ཡུལ་གྱི་ཟས་རིགས་མང་པོ་ཉི་ནས་
རྒྱན་ཟས་བྱས་པས། དེའི་སྤྱི་ཉིན་མི་མང་པོའི་ལུས་ལ་ནད་རིགས་སྤྱ་
ཚོགས་བསྐྱེད་ཡོད་པ་ནི་ཚོས་ལོག་གི་འབྲས་བྱ་རེད།

༥ སྤྱི་གཙམ་སྤང་པའི་ལས་འགྲུལ། སྤྱི་གཙམ་སྤང་བ་ནི་དགེ་བའི་
ལས་ཡིན་པ་སྤྱོས་མ་དགོས་པ་རེད། འོན་ཀྱང་འཚོ་བའི་ཆ་སྟེན་ལ་མ་སྤྱོས་
པའི་མི་དམངས་ལ་བཅའ་བཀའ་ཡིས་སྤྱི་གཙམ་སྤང་བཅུག་པ་ནི་འཚོ་བའི་
ཚོས་ཉིད་དང་མི་མཐུན་པ་ཞིག་རེད། དེར་དུས་སྤྱི་ལོག་རྒྱམས་ཀྱིས་འབྲོག་
པ་མི་དམངས་ལ་སྤྱོ་བཤས་སྤང་བཅུག །དེའི་སྤྱི་ཉིན་སྤྱོ་སྤྱགས་པལ་ཆེ་ཆེ་
ཐར་བཏང་སྤྱི་རི་སྤྱི་བྱེད། ཆོ་ཐར་ནི་རྒྱན་མའི་ཁ་ཟས་ཆགས། བྱིམ་
བདག་སྤང་པོར་ཆགས། རྒྱན་མ་སྤྱག་པོར་ཆགས། འབྲོག་སྤྱི་རང་ལ་ཤ་
རིགས་མེད་པས་འབྲི་གཡག་རྒྱམས་གོང་ཁེ་པོ་བྱེད་ཅིང་རྒྱ་ཁ་ཆེ་ལ་བཅོང་།
དེས་བཤས་པའི་ཤ་རིང་གོང་ལྡབ་ཅམ་འཕར་ནས་འབྲོག་པ་ལ་རྒྱར་བཅོང་།
འབྲོག་པ་རྒྱམས་ཟས་བཅུད་ལྡན་མེད་པས་ལུས་སྤྱོ་བས་བྱུད། ནད་མང་། ཆོ་
སྤང་བ་བཅས་ཀྱི་གནས་ཚུལ་ཆགས་ཡོད་པ་ནི་ཚོས་ལོག་གི་འབྲས་བྱ་རེད།

༤ མི་མཆོད་ཀྱི་ལས་འགུལ། གསེར་རྩ་སྤར་དང་འབྲེལ་ཡོད་ཀྱི་སྒྲ་ལོག་ཁ་
ཤས་ཀྱིས་གོ་སར་ཆང་མཆོད་དང་། བསུར་མཆོད་ཆེན་མོ་སོགས་ཀྱི་མིང་གི་
སྒྲོ་ནས་དར་རས་འཕུག་གསུམ་དོ་པོ་བརྒྱ་ཚེ་མང་པོ་མེར་བསྲེགས་ཤིང་། དེའི་
ནང་རྩ་ཨ་རག་ཤེལ་དམ་བྲི་ཚེ་མང་པོས་མཆོད་པ་བྱས་ཏེ་ཉིན་ཁ་ཤས་མེ་
རྒྱན་མི་ཆད་བྱས་ཡོད་པ་དང་། ཡང་། བསུར་མཆོད་ཆེན་མོ་ཟེར་བ་ཞིག་
གིས་ཇ་དང་། རྩམ་པ་དོ་པོ་བརྒྱ་སྟོར་དང་། རས་ཆ། བྱམ་ཅེ་སོགས་རྒྱ་ཁོར་
འཁོར་ཆེན་མོ་བསྲེགས་བྱས་པ་དེ་ཉིན་ཞག་གཅིག་ལའང་ཚིག་མི་སྤྱབ་པའི་
བསུར་མཆོད་བྱས་པ་སོགས་ནི་འདི་སྤྱི་གཉིས་མེད་ཀྱི་ལས་དང་། དུལ་ཁམས་
འབག་བཅོག་བྱས་ཏེ་གཞིབ་བསུར་དྲི་རན་ཟླ་བྱེད་ཅམ་ལ་རྫོགས་མི་སྤྱབ་
པའི་ཆོས་ལོག་གི་འབྲས་བྱ་རེད།

༥ ཁོར་གཏེར་སྤྲས་པའི་ལས་འགུལ། གནའ་པོའི་རྩས་སུ་གཞི་བདག་
རྟེན་འཁོར་བཅའ། ཟེར་བའི་དུལ་ལྟའི་མཐུ་དཔུང་བསྐྱེད་པའི་ཆོ་ག་ཞིག་
ཡོད་པ་དེ་ནི་གནོད་སྦྱིན་བང་མཛོད་ཟེར་བའི་ཁང་བུ་ཞིག་བཅེགས་ཤིང་།
དེའི་ནང་རྩ་དར་རས་རུམ་བུ་དང་། མཆོད་པ་རྩམ་ལྷ། གཏོར་མ། རིན་
ཆེན་སྤྱེ་མ་ལ་སོགས་རྟེན་འབྲེལ་མཆོན་བྱེད་ཀྱི་མཆོད་རྩིས་འགའ་ཞིག་། གཞི་
བདག་རྟེན་འཁོར་གྱི་གནོད་སྦྱིན་བང་མཛོད་ཅས་པའི་ནང་རྩ་བཅུག་སྟོལ་
ཡོད་པ་རེད། ཡང་། དེང་རྩས་མ་རྒྱུལ་གྱི་སྒྲ་ལོག་ཅིག་གིས་བསྐྱལ་པ་
ཆགས་ནས་མ་དར་བའི་ཆོས་ལོག་གི་ཆོ་ག་ཞིག་སྟེལ་ནས། གཞི་བདག་རྟེན་
འཁོར་གྱི་མཆོད་རྩིས། མར་རྒྱ་མ་བྲི་ཚེ་མང་པོ། འབྲུ་རིགས་དོ་པོ་བརྒྱ་ཚེ་
མང་པོ། མི་དམངས་ཤོག་སྟོར་འབུམ་དབུལ་ཁ་ཤས། རས་ཆ། རྩམ་བུ། རྩྱེད་
སྟོད་སོགས་གོང་སྟེ་མང་པོའི་རྒྱ་ཁོར་ལས་མང་བའི་ཁོར་རྩིས་དེ་དག་ས་འོག་
རྩ་སྤྲས་ཤིང་ཆུད་ཇོས་བྱས་པ་མི་དམངས་ཀྱི་འཚོ་བའི་མཐུན་ཁྲིན་དཔལ་
འབྱེར་ལ་གོང་ཆགས་ཆེན་པོར་བྱས་པ་ནི་ཆོས་ལོག་གི་འབྲས་བྱ་རེད།

ཆོས་པས་ནི་བོད་ཁམས་གང་།།

རྟོག་དྲས་ནི་ཡུང་པ་གང་།།

འཛམ་གླིང་ནི་ཞི་བདེ་སྟོན། །
 རང་ཡུལ་ནི་འབྲུག་པས་གང་། །
 རི་སྒྲིང་ནི་དར་ཚོགས་ཁེངས། །
 དར་གསེབ་ནི་གཡག་རོལ་ཁེངས། །
 ཉ་སྟོག་ནི་ཆོང་པས་བསྐྱུ། །
 ཉ་རོ་ཡིས་ཚུ་བོ་ཁེངས། །
 འབྲོག་པས་ནི་སྟོག་གཅོད་སྟོང་། །
 ལྷ་མས་ནི་མྱི་སྟོག་གཅོད། །
 ཞིང་པས་ནི་དགེ་བསྟེན་བསྐྱབས། །
 ལྷ་པས་ནི་ཚུང་མ་བརྟ། །
 འཛམ་གླིང་འདིར་མེད་པའི་རིགས། །
 པོད་ཡུལ་འདིར་ཤིན་ཏུ་མང་། །
 ཆོས་ལུགས་ཀྱི་སྟོབ་གསོ་འདི། །
 ཡུལ་ལ་ངོ་མཆར་ཆེ། །

ཞེས་དེར་རུས་པོད་ཏུ་དར་ཚོགས་ཁྲོད་ཏུ་ཤི་བའི་སེམས་ཅན་དང་། ཉ་སྟོག་བསྐྱུས་
 པས་ཉ་རོས་ཚུ་མཆོ་ཁེངས་པ། ལུས་གཏེར་ཞེས་པའི་གད་སྟོགས་རྣམས་ཚུ་མཆོ་རྣམས་སུ་
 དོར་བས་ཁོར་ཡུག་འབག་བཅོག་བྱས་པ། རང་ཟས་བཅུད་ལྡན་སྤངས་ཤིང་། ཟས་སྟོགས་
 མང་པོ་ཚོས་པ་ནད་གིས་མནར་བའི་མི་མང་པོ་མཐོང་བ་སོགས་ཆོས་ལོག་གི་འབྲས་བུ་
 མང་པོ་བྱ་ཐོག་ཏུ་མཐོང་བས་ཁྱེན་བྱས་ཏེ་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་སྤང་ཚུལ་མདོར་ཅན་གྱིང་བ་འདི་
 ནི་རྒྱལ་ཁམས་པ་ལྷན་བསྟན་སུན་ཚོགས་དེས། སྤྱི་ལོ་༢༠༢༠ལོའི་ཟླ་བ་༦པའི་ཆོས་༣༠ ཉིན།
 ལྷོ་རུབ་མི་རིགས་སྟོབ་གྲུ་ཆེན་མོ་རང་ཤག་ནས་སྤྲིངས། །

བྱི་ལོའི་གཞི་སྒྲིག་ཚུལ་ལྟར་བཤད་པའི་ཐེ་མཆོག་གི་འཕྲིན་ལྗང་ལྟར་

2020.7.9

ཀམ་པ་ཟེར་བ་དེ་གང་ཟག་སྒྲེར་པ་ཞིག་གི་མིང་མ་རེད། འདི་ནི་སངས་
རྒྱལ་གྱི་སྤྱི་མཐུན་མཆོག་གི་མིང་རེད། མི་སྤྱི་ཞིག་གིས་ཀམ་པ་འདི་མིང་རྒྱུན་
མ་ཞིག་བྱིར་ནས་སངས་རྒྱལ་བསྟན་པ་དང་འགལ་བའི་ལས་ཀ་བྱས་ན། དེ་
ལས་སངས་རྒྱལ་བསྟན་དག་དང་། མི་དམངས་མགོ་བསྐྱར་གཏོང་མཁན་ཟེར།
དཔེར་ན། རྒྱུ་དཔྱད་ན། ཟེར་བ་དེ་གང་ཟག་སྒྲེར་པ་ཞིག་གི་མིང་མ་རེད།
དེ་ནི་ཡུལ་དེའི་བྱིས་སྤྱོད་ཀྱི་བདག་པོ་མཆོག་གི་མིང་ཞིག་རེད། གལ་
སྤྱོད་མི་ཞིག་གིས་རྒྱུ་དཔྱད་ཀྱི་མིང་རྒྱུན་མ་ཞིག་བྱིར་ནས་བྱིས་སྤྱོད་ཀྱི་
བྱ་སྤྱོད་སྤེལ་ན། དེ་ནི་ཆ་བྱིས་སྤྱོད་དང་འགལ་བའི་ནག་ཉེན་ཅན་དང་། མི་
དམངས་ལ་གནོད་བྱེད་ཀྱི་གཡོ་ཁྲམ་ཅན་ཞིག་ཡིན་པ་དེ་དག་དོན་གཅིག་
རེད། གཤམ་གྱི་འདྲ་པར་འདི་ཀམ་པ་མ་རེད། འདི་ལ་ཀམ་པ་ཟེར་ན། དེ་
ནི་ལོ་རྒྱུས་ཐོག་གི་རྒྱལ་བ་ཀམ་པའི་མཛའ་སྤྱོད་ལ་སྤྱོད་འདེབས་དང་།
དམའ་འབེབས་བྱེད་མཁན་གྱི་འབྲལ་སྤྱོད་པ་ཞིག་རེད། དམིགས་ཡུལ་གཙོ་
བོ་ནི། རྒྱུ་ཐུབ་པའི་ཆོས་ལ་དམའ་འབེབས་དང་། ཀམ་པའི་མཛའ་སྤྱོད་ལ་
ལོག་བཤད་བྱེད་ཅིང་ཁོ་རང་གིས་སྤྱོད་མོ་སྤྱོད་མཁན་གྱི་འབྲལ་སྤྱོད་པ་ཞིག་
རེད།

他不是噶玛巴，他是通过他的演戏污蔑佛教，破坏佛教，诋毁历代噶玛巴的佛法业绩的表演者。

He is not Karmapa. He is a performer who slanders Buddhism, destroys religious rules and slanders the Buddhist achievements of Karmapa of all ages through his acting.



ནང་པ་སངས་རྒྱལ་པའི་ཚོས་ལྷགས་ཟེར་བ་དེ་ཉམས་ལེན་ཡང་དག་པ་ཞིག་
བྱས་ན། ཚོ་འདིར་མི་ནམས་ཀྱི་སེམས་རྒྱུད་ལ་བྱམས་པ་དང་། སྤྱི་ཚེ་སྤྱོད་
བྱེད། སྤྱི་ཚོགས་བདེ་འཇགས་དང་། མི་དམངས་བདེ་སྤྱོད་འབྱུང་ཐབས། ཚོ་
སྤྱི་མ་ལ་ངན་སོང་གི་སྤྱག་བསྐལ་སེལ་བྱེད་ཀྱི་རིག་པའི་གཞུང་ལྷགས་ཤིག་
རེད། འོན་ཀྱང་ཐོད་འདིར་ནང་ཚོས་ནི། སྤྱི་ལོག་དང་སྤྱི་ལོག་ནམས་ཀྱིས་
བེད་སྤྱོད་བཏང་ནས་ཐོད་མི་དམངས་དབང་སྤྱར་བྱེད་ཅིང་། མགོ་བསྐྱར་གྱི་
འོག་ཏུ་མི་དམངས་ཀྱི་རྒྱ་ཁྱོད་གཡོ་ལེན་བྱེད་པ་དང་། རྩོམ་པས་རི་དྲགས་ལ་
ཤུ་བྱི་བཀའ་བ་བཞིན་དུ། ཁོ་ཚོ་མི་དགའ་བའི་མི་ནམས་ལ་འཐབ་འཛིང་བྱེད་
མཁན་གཏོང་བཞིན་ཡོད། ཐོད་རིགས་སྤྱན་རླུང་། བསམ་སྤྱོད་ཞིག་ཐོངས།
ཁོ་ཚོའི་བྲན་གཡོག་བྱས་ན་རང་ལ་ཕན་ཐོགས་ཡོད་མེད་ལྟོས། ངའི་བསམ་
འཆར་ལ་ཞིབ་འཇུག་གིས། བདེན་དོན་ཡོད་མེད་ལྟོས། ཁྱོད་འཁྱུལ་འཇུག་ན་
ང་ལ་དགག་པ་རྒྱུ་རེགས། བདེན་པར་འཇུག་ན་ཚོངས་གཉིད་ལས་སད་
པའི་རེ་བ་ཡོད། ཞེས་ཐོད་མི་དམངས་ལ་སྤྱི་ཚེ་ཅན་གྱི་རྒྱལ་ཁམས་པ་ཐུབ་
བསྟན་ཐུན་ཚོགས་དེས་སྤྱོད་སྤྱོད།

སྒྲུ་མས་གཞན་ཚུལ་བརྒྱས་པར་ཐེང་འདོན་བྱས་པ།

2020.7.14

བཀྲ་ཤིས་བདེ་ལེགས། བོད་ཀྱི་དགེ་འདུན་པ་རྣམས་དང་། ཆོས་དང་
 རིག་གནས་ཀྱི་ལས་ཀ་བྱེད་མཁན་རྣམས་ལ་འབོད་སྐུལ་བྱ་བར། སྒྲུ་ལ་རྣམ་
 པ་ནི། ཡོན་ཏན་ཡོད་པ། ཆང་མས་བྱས་བཀྲར་བྱ་ཡུལ་ཡིན་སྐབས་སྟོད་པ་
 ངན་པ་སྤང་ཡས་ཏ་ཅང་གལ་ཆེ། སྟོད་པ་ངན་པ་ཆང་མ་སྤང་རོགས་བྱ་
 གིན་མེད། སངས་རྒྱས་ནི་མ་རེད། སྟོད་པ་ངན་པ་གཅིག་ཀྱང་མེད་པའི་སྒྲུ་
 སྐུལ་ཞིག་གང་ན་ཡོད། ཡོད་མ་སྤྱིད་པ་རེད། འོན་ཀྱང་དོན་རྒྱུད་རྒྱུད་གི་
 རིགས་ལ་ངོ་ཆ་མེད་པའི་ལས་ཀ་བྱས་ན་མཁོགས་པོ་རྒྱབ་བྱུང་གིན་རེད།
 དེང་སང་དྲ་བ་དང་། སྤང་འཕྲིན་དར་བྱབ་ཆེ་བས་བྱ་བ་གང་བྱས་ན་
 མཁོགས་པོ་བདེན་རྒྱུན་གསལ་ཡོང་གི་རེད། དཔེར་ན། གནའ་སྤྱི་མོའི་
 མཁས་པ་ཆོས་རང་གི་སྒྲུ་མའི་གསལ་འདེབས་བྲིས་པ་དེ་དག་ཏ་ཅང་སྟན་པོ་
 ཡོད་པ་རེད། རྗེས་སུ་སྒྲུ་མ་འགའ་ཞིག་གིས་ཆོག་ཁ་བརྒྱར་ནས་རང་གི་སྒྲུ་
 མའི་གསལ་འདེབས་བྱས་པ་ཡོད་འདུག །དེ་ལྟར་བཅས་ནས་ཚུལ་ཡིག་གང་
 ཞིག་ཁ་བརྒྱར་བ་ཡིན་ཟེར་གསལ་བཤད་བྱས་ན་ཡ་རབས་སྟོད་བཟང་རེད།
 ཁ་བརྒྱར་ན་མ་འགྲིག་པ་ཡོད་མ་རེད། འོན་ཀྱང་གསལ་བཤད་མ་བྱས་ན་
 ཚུལ་ཡིག་རྒྱ་མར་བརྒྱས་པ་རེད། དེ་གཉིས་ངོ་བོ་འདྲ་གི་མ་རེད། དོན་རྒྱུད་
 ཏུ་ཞིག་གིས་སྟོད་པ་ཏ་ཅང་སྟག་ཅག་ཆགས་ཆར་པ་རེད། ལྷག་པར་དྲ་དྲ་
 བའི་ཐོག་ཏུ་བཏང་ཆར་དུས་མཁོགས་པོར་རྒྱུན་རྒྱབ་བརྒྱུ་བའི་ས་རེད། དེང་
 དྲ་མི་སྐྱའི་ནང་དྲ་མཁས་པ་མང་པོ་རེད། སྟོབ་སྤྱ་ཆེན་མོ་ནས་ཐོན་པ་རྗེ་
 མང་འགོ་བཞིན་ཡོད་རེད། བལྟས་པ་ཙམ་གྱི་བདེན་རྒྱུན་དབྱེ་བ་འབྱེད་སྐབས་
 རེད། ངས་འདི་ཟེར་དགོས་པའི་རྒྱ་མཆན་འགའ་ཞིག་ལས།

༥ དང་པོ། བུ་ལོར་རེ་ཀོང་སྤྲུགས་མང་གི་དྲ་བ་ཟེར་བ་ཞིག་གི་ཐོག་ཏུ་

གོང་སྤྱལ་ཡོན་ཏན་རྒྱ་མཚོས་མཛད་པའི་ཞལ་གདམས་《རང་ལ་སྤྱལ་བ་དང་
ལྷག་པའི་སྤྱལ་སྤྱལ་མ་》ཞིག་ཡོད་པ་དེ་ཡིག་འབྲུ་གཅིག་བཟོ་བཅོས་གཏོང་
པར་བརྟུང་འཛིན་རིན་པོ་ཆེའི་གསུང་རེད་ཟེར་ནས་གཏོང་བཞིན་འདུག །

ངས་འདི་གོང་སྤྱལ་ཡོན་ཏན་རྒྱ་མཚོའི་གསུང་རེད་ཅེས་ལབ་ཀྱང་ཁོ་ཚོས་
ཁས་ལེན་བཞིན་མི་འདུག །དེ་རྗེས་ངས་གོང་སྤྱལ་བཀའ་འབྲུམ་ནང་གི་ཤིང་
སྤར་དེ་པར་སྤངས་ནས་བཏང་པ་ཡིན། དེ་ནས་ལན་མི་འདུག །

༥ གཉིས་པ། ཉེ་ཆར་དྲ་བའི་ཐོག་ཏུ་གོང་སྤྱལ་རིན་པོ་ཆེའི་ཤེས་བྱ་ཀུན་
ཁྲབ་ལ་གསང་སྤངས་རྟིང་མའི་དཔེ་ཆ། ཤེས་བྱ་ཀུན་ཁྲབ་ཅེས་བྲིས་ཏེ་དྲ་
བའི་ཐོག་ཏུ་གཏོང་བཞིན་ཡོད་འདུག །རྟིང་མ་ལ་སྤྱ་མ་མཁས་པ་མེད་པ་ནི་
མ་རེད། རྟིང་མ་ལ་བསྟན་བཅོས་སྤྱས་ལགས་མེད་པ་ནི་མ་རེད། སྤྱ་མ་དང་
དཔེ་ཆ་བརྒྱ་བའི་བྱ་སྤྱོད་ངན་པ་འདི་འདྲ་བྱ་དགོས་དོན་མི་འདུག །

༦ གསུམ་པ། དེ་རིང་ངས་ཀྱང་ལྷ་དམར་མཁའ་སྤྱོད་དབང་པོས་མཛད་པའི་
ཀམ་པ་རང་བྱུང་རྩི་རྗེའི་གསལ་འདེབས་སྤྱ་མ་རྒྱང་འཕོད་ཅིག་ཡོད་རེད།

དེ་ཡང་རྟིང་མའི་མཁན་པོ་དག་ཚུང་ཟེར་བ་ཞིག་གིས་བཅུམས་པ་རེད་ཟེར་
བཏང་ཡོད་འདུག །གསལ་འདེབས་དེའི་ནང་ཏུ་ཀམ་པ་ཟེར་བ་དེ་སྤྱོད་ཆེན་
པ་ཞེས་བརྒྱུར་བ་ལས་གཞན་ཆོག་གཅིག་བརྒྱུར་མི་འདུག །དེ་འདྲ་སྤྱོད་པ་དེ་
དགེ་བ་མ་རེད། མི་དགེ་བ་རེད། རོ་ཆ་མེད་པ་རེད། དགེ་འདུན་པ་ཟེར་བ་
དེ་མི་ཆང་མས་གུས་བཀུར་བྱེད་ས་རེད། དེ་འདྲ་དོན་ཚུང་ལ་རོ་ཆ་མེད་པའི་
མཛད་སྤྱོད་དེ་རོ་ཆོ་མོ་རེད། ཏུས་རྒྱན་ཁྱོད་རང་ཚོས་མི་ལ་སློབ་གསེབ་བྱེད་
སྐབས་རྒྱ་མ་བྱེད། རྒྱན་མ་ལབ། གཡག་མ་བརྒྱ། ལྷག་མ་བརྒྱ་ཞེས་གསུང་
བཞིན་ཡོད་པ་རེད། རང་གིས་སྤྱ་མ་གོང་མ་ནམས་ཀྱི་ཚོམ་ཡིག་བརྒྱས་པ་
ཡིན་ན་རྒྱན་མ་རེད། ལྷག་པར་དེར་ཏུས་དྲ་བ་དར་ཁྲབ་འགྲོ་ཆར་ཏུས་

མགྲོགས་ལྷུང་ཏུ་རྒྱན་རྒྱབ་བརྗོད་པེས་རེད། མི་མེར་ནམས་འཆོ་བ་ལ་དཀའ་
ངལ་འབྱུང་ཏུས་ཐོག་ལྷག་བརྒྱས་ན་སྟོ་རྒྱབ་ཀྱི་དོན་ཏུ་རེད། སྤྱ་མ་ནམ་པས་
གཞན་ཀྱི་ཚོམ་ཡིག་བརྒྱ་ཡས་དེ་སྟོ་རྒྱབ་ཀྱི་དོན་ཏུ་མ་རེད། རང་ལ་མཁས་

པའི་མཆན་སྟུན་སྟོབ་པའི་ཆེད་དུ་རེད། གནའ་སྤྱོད་མོར་རང་རང་གི་ས་ཁུལ་
དུ་བེད་སྤྱོད་ཆོག་པ་ཞིག་རེད། འོན་ཀྱང་དེར་དུས་དྲ་བའི་དུས་རབས་འདི་
ལ་མཁྱེགས་པོར་རྒྱན་རྒྱབ་བྱུང་ངེས་རེད།

སྤྱི་བཏང་གྲོང་གསེབ་དང་དགོན་པའི་ནང་དུ་སློབ་སྦྱོང་བྱས་ནས་ཅུང་
ཟད་ཤེས་ཡོན་འདྲ་ཡོད་པ་འདི་དག་ཆེད་ལྡན་གྱི་སློབ་གསོའི་མ་ལག་བརྒྱུད་
སྦྱང་མེད་པ་ཡིན་སྟབས། སྤྱི་ཆོགས་གྱི་གནས་ལུགས་དང་། བྱིས་ས་ལུགས་
གང་ཅི་ཐད་ལ་ཚོངས་པ་ཆགས་ཡོད་རེད། དཔེར་ན། ལྷ་ལོག་འགའ་ཞིག་
གིས་ངས་གཙུག་པོར་བསྐྱེགས་བྱས་པའི་བོད་ཡིག་ཆོག་གཏེར་རྒྱ་མཚོ་བརྒྱ་བཤུས་
བྱས་པ་རེད་ཟེར་དམའ་འབེབ་བྱེད་ཅིང་ཡོད་འདུག །སྐད་ཆ་འདི་ཡིས་ཟེར་
མཁན་རང་ཉིད་རྒྱན་མ་ཡིན་པ་དང་། རྒྱན་པ་ཡིན་པ་སྟོན་ཞིང་ཡོད་རེད།
གང་ཞེ་ན། ཆོག་མཛོད་འདི་བསྐྱེགས་ཚུལ་གྱི་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་བྱུང་
ཆོས་དེ། བྱིས་པ་བདེ་འདུག་གི་ཡི་གེའི་རྣམ་བཞག་གི་གོ་རིམ་ལྟར་བསྐྱེགས་
ཡོད། བསྐྱེགས་པ་དེ་ལ་དཔེ་རྒྱན་ཁང་གིས་ཁྱེད་པས་ཁྱེད་གཉིས་ཏེ་ཆེད་
ལྡན་གྱི་ཆོག་མཛོད་ཅིག་ཡིན་པ་གཏན་འབེབ་བྱས། དེ་ནས་རྒྱལ་ཁབ་གྱི་དཔེ་
རྒྱན་ཁང་གིས་པར་དུ་བསྐྱུན་ནས་འགྲེམས་སྤེལ་བྱས་པ་ཞིག་རེད། ད་ལྟར་
པར་སྐྱུན་གྱི་ཆེད་གཞི་མང་པོ་ཞིག་འདར་ནས་འགྲེམས་སྤེལ་བྱས་པ་ཞིག་ལ་
བརྒྱ་བཤུས་བྱས་པ་རེད་ཟེར་བ་དེ། རང་ཉིད་རྒྱན་རྟགས་སྟོན་པ་ཞིག་ལས་མ་
འདས། དགོན་པའི་སྤྱི་སྤྱུལ་ཆོས་རང་གི་གང་མཐོང་ཡར་བཤུ་མར་བཤུས་
བྱས་ཏེ་ངས་བརྩམས་པ་ཡིན་ཟེར་ན། དེ་ལ་ཁྱེད་གཉིས་དང་དོ་དམ་བྱེད་མཁན་
ཡོད་མ་རེད། རྒྱལ་ཁབ་གྱིས་པར་བསྐྱུན་བྱས་པའི་དཔེ་ཆ་དང་གཅིག་མཐུན་
མ་རེད། ཁོ་ཆོས་གནད་འགག་དེ་མི་ཤེས་ནས་རང་གིས་བརྒྱས་པ་ཇི་བཞིན་
མིས་ཀྱང་བརྒྱས་པ་རེད་བསམ་ནས་བཞོད་པ་རེད།

སྤྱི་བཏང་རང་གི་ཚོམ་ཡིག་ནང་དུ་གཞན་གྱི་ཚོམ་དྲངས་མི་ཆོག་པ་མ་
རེད། དཔེར་ན། དེར་དུས་རབས་འབྲམས་པ་དང་། འབྲམ་རམས་པ་རྣམས་ཀྱི་
མཐུའ་དབྱེད་ཀྱི་ཚོམ་ཡིག་འབྲི་སྐབས། རང་གི་ཚོམ་ཡིག་གི་ལྟ་བུ་དེ་རྒྱབ་བྱེད་

རུ་ཡིག་ཚང་གཞན་དག་གི་ཡུང་དྲངས་ཚོག་གི་རེད། བཀའ་འགྱུར་དང་།
བསྟན་འགྱུར། གསུང་འབུམ། དེ་བཞིན་རུ་དེང་རབས་ཚན་རིག་གི་དེབ།
ཆབ་སྲིད་ཀྱི་དེབ། དཔལ་འབྱོར་ཀྱི་དེབ་སོགས་ཡུང་དྲངས་ཚོག་གི་རེད།
ཡུང་དྲངས་སྐབས་དེབ་ཀྱི་མིང་། ཚྭ་པ་པོ་སྟ། འོག་ངོས་གང་། ཡིག་སྤྱིང་
གང་ཅམ་ཞིག་ལ་ཡོད་པ་ཨང་གངས་གསལ་པོར་བཀོད་ནས་ཡུང་དྲངས་ན།
དེས་ཁྱོད་རང་གི་ཚྭ་ཡིག་དེའི་རིན་ཐང་ཆེ་རུ་འགོ་བ་ལས་བརྒྱ་བཤུས་བྱས་
པ་རེད་ཅེས། བསྟན་བཅོས་ཚྭ་པའི་ཆ་ཁྱེན་ཚང་བའི་མཁས་པ་སྟ་ཞིག་གིས་
ཟེར་མི་སྲིད་པ་རེད། གལ་སྲིད་ཁྱོད་ཀྱི་ཚྭ་ཡིག་ནང་རུ་ལྟ་བ་གསར་པ་
དང་། བརྗོད་ཚུལ་གསར་པ་ཞིག་མི་གཞན་ཀྱི་ཚྭ་ཡིག་ལས་དྲངས་ཤིང་།
དེའི་ཡུང་ཁུངས་མ་གྲིས་པ་རང་གི་ལྟ་ཚུལ་ཡིན་པའི་བོལ་གྱིས་གྲིས་པ་ཡིན་
ན་དེ་ལ་ཚྭ་རྒྱན་ཟེར། དེས་ན་དབྱུང་ཚྭ་འབྲི་མཁན་ནམས་ཀྱིས་གནད་
དོན་འདི་ལ་དོ་སྣང་བྱ་དགོས། དེ་བཞིན་རུ་སྟན་ངག་ཚིག་བཅད་ཅན་འབྲི་
སྐབས། གཞན་ཀྱི་ཚྭ་ཡིག་སྟན་པོ་དེ་དག་ལ་དཔེ་བལྟ་ནས། ཚྭ་ཉམས་
ཀྱང་དེ་དང་གང་མཚུངས་ཐུབ་པ་བྱ་ཆོག་པ་རེད། འོན་ཀྱང་གཞན་ཀྱི་སྟན་
ངག་དེ་རི་མ་རི་བཞིན་བཤུས་ཏེ་གྲིས་ན་དེ་ལ་ཚྭ་རྒྱན་ཟེར། དཔེར་ན།
ཐོད་མཁས་པ། རྩ་དཔལ་སྟུལ། ཀོང་སྟུལ། འཇུ་མི་པམ། དགེ་འདུན་ཚོས་
འཕེལ་སོགས་ཀྱིས་བཅམས་པའི་སྟན་ངག་གི་ཚྭ་གཤིས་དང་། ཉམས་
འགྱུར། ཚིག་སྦྱོར་སོགས་ལ་དཔེར་ལེན་གང་ཐུབ་བྱ་ཆོག་པ་ཞིག་རེད། འོན་
ཀྱང་དེ་དག་གི་ཚྭ་ལས་ཆ་ཚང་བ་དང་། ཚིག་རྒྱང་ཁ་ཤས་སོགས་བཤུས་པ་
ཡིན་ན་དེ་ལ་ཚྭ་རྒྱན་ཟེར་ཆོག །

དགེ་འདུན་པ་ནམས་པས་ཀྱང་དེང་རབས་བསྟན་བཅོས་ཚྭ་པའི་ཆ་ཁྱེན་
དང་། ཚྭ་ཚུལ་ཀྱི་གོ་རིམ་ནམས་སྟོབ་སྟོང་མཐར་ཕྱིན་པ་ཞིག་གནད་ན་
ཡག་པོ་ཡོད་རེད། སྟན་ཀྱི་མཁས་པ་གོང་མ་ནམས་ཀྱི་ཚྭ་ཡིག་བརྒྱས་ན་རྒྱ་
ཁོར་བརྒྱས་པ་དང་དོན་གཅིག་རེད།

ཐོད་ཀྱི་གཏམ་དཔེ་ལ། འཕགས་རྒྱུའི་རྟ་དེ་མི་འཕགས་ །མི་འཕགས་རྒྱུའི་སྟ་དེ་

འཕག་ཟེར་བ་ལྟར། འདི་ལ་དཔལ་སྤངས་སྒྲ་ལོག་ཨ་མཚན་གིས་དེང་རབས་
 དཔལ་ཡོན་ཟེར་བ་དེ་གང་ཡིན་མི་ཤེས་པའི་ཚྭངས་གཏམ་གྱིས། སྒྲ་མའི་
 གསོལ་འདེབས་ཚྭ་ཁ་བསྐྱར་ན་ཚུལ་མཐུན་ཡིན་པ་དང་། ཀམ་དང་གོང་
 སྤུལ་ན་མས་རྟིང་མའི་སྒྲ་མ་བཅི་ཚྭ་པ་སོགས་རྟིང་མའི་སྤྱུ་ཚབ་བྱས་ཏེ་
 ལ་དགག་པ་ཞིག་གནང་ཡོད་པ་དེ་ལ་སྤྱུ་སྤུམ་ཐོག་ལན་ཞིག་སྤུལ་ཡོད། ཁོང་
 གིས་ད་རུང་ཡང་ཞུ་དམར་དགོན་མཚན་ཡན་ལག་གི་ལྷགས་ཚྭ་སྒྲ་མ་རྒྱང་
 འཕོད་ཚྭ་ཁ་སྤྱར་མཁན་མཁན་པོ་ངག་རྒྱང་ཟེར་བ་དེ་ལ་ཚད་ལས་འདས་
 པའི་རྒྱན་གཏམ་གྱིས་བསྟོད་བསྟེན་བྱས་ཏེ། མཁན་པོ་ངག་རྒྱང་ཟེར་བ་དེ་
 རྒྱལ་ཚབ་རྩ་སྤྱོད་ཆེན་པོས་གདན་ཁྲིམ་པ་ཁྲུག་པའི་སྤྱུ་ཆེན་ཞིག་རེད། ཅིས་
 རོ་ཆ་མེད་པའི་རྒྱན་དེ་འདྲ་བཤད་ཡོད་འདུག །

ཨ་མཚན་ནི་རྒྱང་མིང་རེད། མིང་དངོས་དགོན་མཚན་ཆེ་སྤྱབས་ཟེར། བ་
 ཡུལ་དཔལ་སྤངས། ལོ་རྒྱུས་གནད་བསྟུས། དཔལ་སྤངས་དགོན་པའི་རྒྱབ་སྒྲ།
 ཐོག་མའི་གྲུབ་མཐའ་བཀའ་བརྒྱད། དམིགས་འདུན་གཙོ་བོ་སྤུལ་སྤྱུ་ཞིག་གི་
 མིང་ཐོབ་པའི་རེ་བ་མ་འགྲུབ་སྟབས། དཔལ་སྤངས་དགོན་པ་དང་ཁ་བྲལ་
 བས། རྟིང་མ་པ་ལ་མགོ་འདྲགས་ཁྲིམ། ཆེ་པ་དགོན་དང་འབྲེལ་བ་བྱས། ཆེ་
 པ་དགོན་པས་སྤུལ་སྤྱུ་ཞིག་གི་མིང་བཏགས་ཏེ་རྒྱ་ནག་ནང་ཁྲུལ་དུ་བཏང་
 བས་རྒྱ་སྤྱུ་ཞིག་ཆགས། དེང་རུས་གྲུབ་མཐའ་རྟིང་མར་ཆགས། ད་སྐབས་
 སིང་ག་པུའི་རྒྱལ་ཁབ་ནང་དུ་རྒྱ་མོ་རྒན་མ་ཚོས་པ་ཞིག་དང་རྒྱན་དུ་འཚོ་
 བཞུགས་མཛད་ཡོད། །

བྱི་བ་ཨོ་རྒྱན་བཀྲ་ཤིས་ཀྱི་འབྲུངས་སྐར་བསུ་བ།

2020.7.16

རང་རང་གི་སྤྱི་སྐར་བསུ་བ་ནི་རྒྱལ་པའི་དཔལ་ཡོན་གྱི་རིག་གནས་ཤིག་
 རེད། དེར་དུས་འཛམ་སྤྱི་རྒྱལ་ཁབ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ནང་དུ་དར་བྱལ་འགྲོ་
 བཞིན་རིག་གནས་ཤིག་རེད། ཐོད་ཀྱི་སྤྱི་སྐར་རིག་གནས་ནང་དུ་སྤྱི་སྐར་
 བསུ་བའི་ལུགས་སྤྱོད་འདི་མེད་པ་ནི། ཐོད་འདི་སྤྱི་འབྱོར་རིག་གསུམ་གང་
 ཐད་ནས་རྗེས་ལུས་ཡིན་རྒྱུ་གྱིས་ཡིན་ངེས། དེར་དུས་སྤྱི་རྒྱལ་དུ་བཞུགས་
 པའི་ཐོད་ཀྱི་སྤྱི་སྐར་རིག་གསུམ་ལྟར་འབྲུངས་སྐར་བསུ་བའི་མཛེད་སྟོ་
 སྤྱོད་སྤྱོད་བྱུང་དང་འབྱུང་བཞིན་པ་རེད། དེའི་རྒྱུ་གྱིས་ཐོད་ནང་ལའང་སྤྱི་
 སྤྱོད་རིག་གསུམ་སྤྱི་སྐར་བསུ་བའི་ལུགས་འདི་དར་སྤྱོད་བྱལ་གདལ་གཏོང་
 བ་དང་ལྷན་དུ། ཐོད་ལུལ་གྱི་མི་དམངས་རྣམས་མཐོང་རྒྱ་ཆུང་བའི་སྤྱོད་
 ཀྱིས་འབྲུངས་སྐར་བསུ་བ་དེ་མོ་གནས་དང་། ཐོབ་ཐང་མཚོན་བྱེད་ཅིག་ཡིན་
 པའི་སྤྱོད་བ་ཤར་འདུག །སྤྱི་རྒྱལ་གྱི་ལུགས་སྤྱོད་ལ་སྤྱི་སྐར་བསུ་བ་ནི་རང་
 དང་རང་གི་སྤྱི་ལྷན་ཉེ་ཤོས་པ་མ་དང་། ལུ་བརྒྱད། སྤྱོད་མཆེད། སྤྱོད་པ་
 སྤྱོད་པ་བསུ་བའི་ལུགས་ཡོད་པ་རེད། དེར་དུས་སྤྱོད་ཆགས་རྣམས་དགའ་
 བོ་བྱེད་པའི་དུས་འདིར། རང་རང་གིས་བཅེ་བས་བདག་དུ་བསྐྱུངས་པའི་བྱི་
 དང་ལི་ལིའི་འབྲུངས་སྐར་བསུ་ཚོགས་པ་ཞིག་རེད། རྒྱ་མཚན་དེས་ན། རང་རང་
 ཆེས་དགའ་བའི་བྱི་བ་འདི་ལའང་འབྲུངས་སྐར་བསུ་བའི་མཛེད་སྟོ་ཞིག་སྤྱོད་
 དགོས་འདུག །

༥ བྱི་བ་ཨོ་རྒྱན་བཀྲ་ཤིས་ནི་ཡབ་གདུང་གྱི་ར་རིང་དང་། ལུམ་ལི་ལི་ནག་
 རིལ་མ་གཉིས་ཀྱི་སྤྱི་སྐར་སུ་མཐོ་ཁམས་ཟབ་མོ་སྐར་གི་བསྐྱུང་རང་བྱུང་གི་སྤྱོད་
 དུ། རབ་བྱུང་བརྒྱ་བརྒྱན་པའི་ས་བྱི་ལོ་ས་ག་ལྷ་བའི་ཆེས་བཙོ་ལྷ་ཉིན་རོ་
 མཚར་བའི་ལྟས་དུ་མ་དང་བཅས་སྤྱི་བལྟམས། སྤྱི་སྐར་ཐག་དུ་ལི་ལི་དང་བྱི་

བ་གཉིས་ཀའི་སྐད་སྒྲ་ཤེས་པའི་མཁས་གྲུབ་གོང་མ་སྤྱི་ལུ་ཀྱང་འགྲན་ཟླ་དང་
 བུལ་བའི་དམ་པའི་སྒྲིས་བྱ་ཞིག་ཡིན་པ་གྲོང་མི་ཀུན་ལ་ཡོངས་སུ་གྲགས།
 རྒྱུ་རྒྱུ་རྒྱུ་སྤྱི་མཐོང་ལྟ་ཞོ་དང་རྩ་འབྲས་ཀྱང་རྒྱུ་ཟད་གསོལ་བས་བྱི་བའི་
 རིགས་སུ་སྒྲིས་པའི་ཐོག་དམན་བྱི་བའི་དགེ་སྤྱོད་ཞིག་གི་ཡང་སྤྱི་ལུ་ཡིན་པར་
 རོས་འཛིན། དེ་ནས་སྤྱི་ནར་སོན་པ་དང་གང་ལ་གང་འདུལ་གྱི་མཛད་པས་
 ཐབས་མཁས་གྱི་སྒྲོ་ནས་གདུལ་བྱ་སྤྱོད་། ཉིན་མོ་ཁོ་མོ་ཚོགས་གྱི་དབྱས་ན་
 ཐོག་དམན་ལ་མོས་པའི་གདུལ་བྱ་རྒྱུ་མས་ལ་དགེ་བ་བརྒྱུ་ཆོས་འཆད། སྒྲོ་
 ཟས་གྱི་གྲུང་ཆོགས་གསོལ། མཚན་མོར་གདུལ་བྱ་བྱུང་པར་བ་རྒྱུ་མས་གྱི་ཆེད་
 རྒྱ་གསར་སྤྱོད་སྤྱོད་པ་ཆེན་པོའི་ཆོས་འཁོར་བསྐྱོར། འདོད་ཡོན་ལམ་རྒྱ་
 བྱིར། ཤ་ཆང་ལ་སོགས་ཆོགས་གྱི་འཁོར་ལོ་ལ་ལོངས་སྤྱོད། མཁའ་འགྲོའི་
 དགའ་བཞིའི་བདེ་དྲོད་སྤྱོད། དེང་གི་རྒྱུ་སྤྱི་གདུལ་བྱའི་ཁམས་དང་བསྐྱུན་
 པའི་མཛད་སྤྱོད་སྤྱོད་བཞིན་བཞུགས་པ་དེ་གར་སྤྱི་ཆོ་མི་འགྱུར་རྩི་རྩི་
 ཁམས་ལྟར་བརྟན་པའི་སྤྱོད་འདུན་དང་། སྤྱི་ལོ་འབྲུངས་སྐར་ལ་བཀྲ་ཤིས་
 བདེ་ལེགས་གྲངས་མང་བཅས། བོད་ཁ་བ་ཅན་གྱི་ལི་ལི་དང་། བྱི་བ། ཨ་
 བ། ཉི་ལོ། ཨ་བྱི་ལི་ཀ། བྱི་ལོང་མ། གདུང་བྱི་རྩ་རིང་ལ་སོགས་པས་
 མགྲིན་གཅིག་རྒྱ་གསོལ་བ་བཏབས་པ་དེ་དེ་བཞིན་རྒྱ་འགྲུབ་པར་གྱུར་ཅིག །



ཨ་རྒྱན་ཉི་མ་ལ་བར་དོར་སྟོང་།

2020.7.23

སྟོན་པའི་འབྲུལ་གཏམ་མགིན་པའི་ཚ་ལམ་རྒྱས།
 རྟིང་མའི་སྤྱ་སྤྱད་བཀའ་བརྒྱད་རྒྱབ་སྤྱང་གྱུར། །
 ལྷ་ས་རན་གཡང་ལེན་ཨ་རྒྱན་ཉི་མ་ཁྱོད། །
 རྒྱབ་སྟོགས་ཐབ་ཚང་ཕག་ནས་བདག་ལ་གསོན། །

རྒྱན་གྱིས་རྟིང་མས་བཀའ་བརྒྱད་བསྐྱུངས་ཞེས་ཟེར། །
 སྤ་མས་སྤབ་སྤན་སྟོགས་རིས་ཅན་ཞེས་བསྒྲགས། །
 ཚོག་རྒྱབ་རག་འབྲུལ་བྱ་ལམ་ཀུན་ལ་བྱུང། །
 རག་གི་མི་དག་བཞི་པོ་ཁྱོད་ལ་རྫོགས། །

སྤྱ་གུའི་སྟོ་གོས་དཔལ་ཡུལ་དཀོན་པས་སྟེར། །
 གྲུ་ལོག་རྗེས་སྤྱ་ཨ་ཀོང་ཆ་མོས་གསོས། །
 དབྱིན་རི་ཡུལ་ནས་ཐབ་གཡོག་ལས་ཀ་རྟེན། །
 སྟོ་བ་རྒྱགས་ཆོ་ཁ་ནས་སྟོ་ལབ་དོལ། །

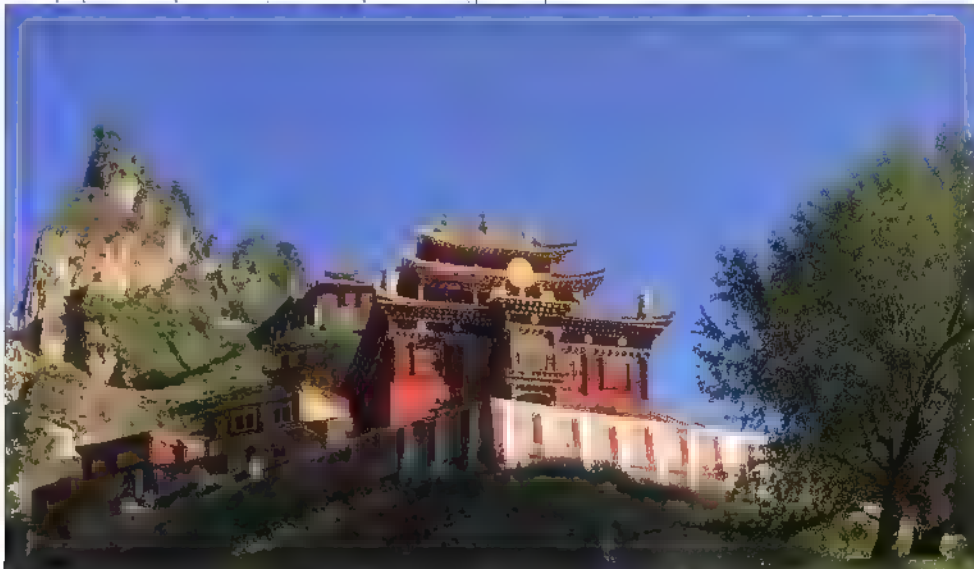
བཀྲ་ཤིས་བདེ་ལེགས། ཉེ་ཆར་ལྷ་རྒྱན་ཉི་མ་ཟེར་བ་ཞིག་གིས་ང་དང་
 འབྲེལ་བ་གཏན་ནས་མེད་པའི་དོན་རྒྱུ་ཁ་ཤས་ཤིག་ང་ལ་ཁ་ཡོག་བྱས་ཏེ་
 བཤད་འདུག །དེས་ན་ངས་དེའི་སྒྲོར་ལ་གསལ་བཤད་འགའ་ཞིག་བྱ་དགོས་
 འདུག །ཐོག་མར་ངས་ལྷ་རྒྱན་ཉི་མ་ཟེར་བ་དེ་སྤྱི་ཡིན་མ་ཤེས་ནས་བརྗོད་
 གཞིན་བྱས་པ་ཡིན། ཁོང་ནི་ས་ཡུལ་བྲག་འགོ་ནས་ཡིན་པ། རྒྱ་གར་དུ་
 དཔལ་ཡུལ་པད་ནམ་ཚང་གི་དཀོན་པའི་གྲུ་པ་ཞིག་རེད་ཟེར། རྗེས་སྤྱ་དཀོན་
 པ་དང་མ་འཁྲོད་པར་བྱིར་བོན། བཀའ་བརྒྱད་པའི་སྤ་མ་ཨ་ཀོན་སྤྱལ་སྤྱིའི་

ཆ་མོ་ཞིག་གིས་སྟོ་གོས་སྤྲད་ནས་བདག་པོ་བརྒྱབ། དེ་ནས་ཆ་མོ་དེའི་ཁྱོ་ག་
བྱས་ཏེ་དབྱིན་ཡུལ་དུ་བྲིད་ཅིང་། དེར་དུས་དབྱིན་ཡུལ་དུ་ཟས་ཁང་ཞིག་གི་
ནང་དུ་ཐབ་ཚང་གི་ཞབས་ཞུས་པའི་ལས་ཀ་རག་ཡོད་པ་ཞིག་རེད་ཟེར། དེ་
ལུ་རྒྱན་ཉི་མའི་གནས་ཚུལ་མདོར་བསྡུས་ཤིག་རེད། མི་འདི་ཁ་བདེ་པོ་ཞིག་
འདུག །ང་དང་འབྲེལ་བ་རྩ་བ་མེད་པའི་དོན་རྒྱུན་འགར་ངའི་མིང་བཏགས་
ནས་བཤད་འདུག །ཐུབ་བསྟན་ཕུན་ཚོགས་ཁྱོད་རང་བསམ་སྟོ་ཡག་པོ་ཐོངས།
ཁྱོད་རང་ཚོ་བཀའ་བརྒྱད་པ་ལ་བཀའ་དྲིན་ཆེ་ཤོས་དེ་གསེར་རྟ་འཇིགས་
མེད་ཕུན་ཚོགས་རེད། དེར་སང་བཀའ་བརྒྱད་པ་ལ་ཡོན་ཏན་ཅུང་ཟད་ཡོད་
པའི་མཁན་པོ་དེ་རྣམས་གསེར་རྟ་ལ་སོང་ནས་སྟོབ་སྟོང་བྱས་ནས་བྱུང་བ་ཤ་
རྒྱག་རེད། བཀའ་བརྒྱད་པ་ལ་མཁས་པ་ཡོད་པ་གསེར་རྟ་ཆང་གི་བཀའ་
དྲིན་རེད། ཅས་བཤད་འདུག །བཀའ་བརྒྱད་པའི་མཁས་པ་དེ་ཚོ་གསེར་རྟ་
ནས་གསོ་སྟོང་བྱས་པ་ཡིན་མིན་སྟོར་ལ་བཀའ་བརྒྱད་པའི་མཁན་སྐུལ་ཁོ་
རང་ཚོས་ལན་སྤྲད་དགོས་པ་ཞིག་རེད་མ་གཏོགས་ང་དང་འབྲེལ་བ་གང་
ཡང་མེད། འོན་ཀྱང་དོན་རྒྱུན་དེ་དང་འབྲེལ་ནས་ཁྱོད་སི་དུ་ལ་རྒྱབ་སྟོར་
བྱེད་མཁན་རེད། ཀམ་པ་ལ་རྒྱབ་སྟོར་བྱེད་མཁན་རེད། ཅས་ཉ་ཉུང་བསྟེན་
ཏེ་མང་པོ་ཞིག་བཤད་ཡོད་པ་དེའི་དམིགས་ཡུལ་ངོ་མ་གང་ཡིན་ངས་གསལ་
པོར་ཤེས་བྱུང་། ཁོའི་དམིགས་ཡུལ་ནི་ཀུན་སྟོང་ངན་པ་ཞིག་གི་སྟོན་ནས་ང་
ལ་ཁྱོད་རང་ཚོ་བཀའ་བརྒྱད་པ་ཚོ་ཟེར་ཞིང་སྟོབ་གསོ་བྱ་བའི་ཚུལ་དུ་མི་
རྣམས་ཀྱི་བསམ་པའི་ནང་དུ་ཐུབ་བསྟན་ཕུན་ཚོགས་ཟེར་བ་དེ་ཀྱབ་མཐའི་
སྟུགས་ཞེན་ཅན། ཀྱབ་མཐའི་བར་ལ་དཀྱག་ཤིང་རྒྱབ་མཁན་ཞིག་རེད་བསམ་
པ་ཞིག་བྱ་ཐུབ་པའི་འབད་བཅོན་རེད། དོན་དངོས་ང་དང་བཀའ་བརྒྱད་པ་
འབྲེལ་བ་གང་ཡང་ཡོད་མ་རེད། མི་ཡོད་ཆད་ཀྱབ་མཐའ་དང་འབྲེལ་བ་
བྱེད་ནས་བཤད་པ་དེ་ཁྱོད་རང་ཚོ་རྒྱ་གར་བལ་ཡུལ་ལ་ཡོད་པའི་མི་སེར་
དབུལ་པོ་དེ་ཚོའི་བཤད་སྟངས་ཤིག་རེད། ང་ནི་རྒྱལ་ཁབ་ལས་བྱེད་རེད། ཚོས་
ལུགས་ཀྱབ་མཐའ་ཁག་དང་འབྲེལ་བ་ཏིལ་འབྲུ་ཅམ་ཡང་མེད། བྱས་ཅང་

བཀའ་བརྒྱད་པ་ལ་གསེར་རྩ་སྒྲུང་གིས་བཀའ་དྲིན་ཡོད་མེད་དང་། མཁན་པོ་གསོ་སྦྱང་བྱས་ཡོད་མེད་དེ་བཀའ་བརྒྱད་པ་ཁོ་རང་ཆོའི་མཁན་པོ་ཆོས་ལན་རྒྱུ་བ་དགོས་པ་ཞིག་རེད་མ་གཏོགས་ངས་ལན་རྒྱུ་བ་དགོས་དོན་མི་འདུག ། འོན་ཀྱང་ཁོས་ང་མིང་བཏགས་ནས་ཁྱོད་རང་བཤད་ཡོད་སྟབས་ངས་ཀྱང་ཁོ་རང་གི་མིང་ཐོག་ནས་འབྲེལ་བཤད་ཅིག་བྱས་ན་བསམ་བློང་། ངས་བཀའ་བརྒྱད་པ་ལ་ཞེན་གོག་གིས་མང་པོ་བཤད་ཀྱིན་འདུག་ཟེར་བ་དེ་བདེན་པ་མ་རེད། ལྷ་དམར་དང་སི་རུ་གཉིས་དགོངས་སྟོགས་མི་གཅིག་པ་བྱུང་བ་རེད། དེའི་སྐབས་སུ་སྟོགས་གཉིས་ཀ་ལ་བཟང་ངན་ཆོག་གཅིག་བཤད་མ་ཁྱོང་། སི་རུ་རིན་པོ་ཆེས་ཀྱང་པའི་ཡང་སྲིད་ངོས་འཛིན་བྱས་པ་རེད། རྒྱལ་ཁྱི་ནང་གཉིས་ཀྱི་གྲུབ་མཐའ་ཆང་མའི་སྒྲ་སྒྲུལ་ཆོས་ཁས་སྤངས་པ་རེད། རྒྱལ་ཁབ་གིས་ཀྱང་ཁས་སྤངས་ནས། བྱིས་མཐུན་ལྷགས་མཐུན་གྱི་ཡང་སྲིད་ཆགས་པ་རེད། དེ་ལ་ཁས་ལེན་དང་མི་ལེན་པའི་ཐོབ་ཐང་ང་ལ་ཡོད་མ་རེད། རྩིས་སུ་ལྷ་དམར་རིན་པོ་ཆེས་ཀྱང་ཀྱང་པའི་ཡང་སྲིད་ཡིན་ཟེར་བ་ཞིག་བདག་པོ་བརྒྱབ་པ་རེད། སྐབས་དེར་ངས་བཟང་ངན་ཆོག་གཅིག་ལབ་མ་ཁྱོང་། རྩིས་སུ་ལྷ་དམར་རིན་པོ་ཆེས་བདག་པོ་བརྒྱབ་པའི་མཐའ་ཡས་རྩོམ་ཟེར་བ་དེ་སངས་རྒྱས་བསྟན་པ་བཤེགས་མཁན། རྒྱུ་ཐུབ་པ་ལ་དམའ་འབེབ་བྱེད་མཁན། འཆལ་པོ་འཆལ་ནག་གི་སྦྱོད་པ་ཅན་ཞིག་བྱུང་བ་རེད། ཀྱང་པའི་མིང་ཁྱེར་ནས་འཆལ་སྦྱོད་བྱེད་མཁན་ལ་ངས་དགག་པ་བརྒྱབ་པ་རེད། ངས་མཐའ་ཡས་རྩོམ་ཟེར་འཆལ་སྦྱོད་ལ་དགག་པ་བརྒྱབ་པ་དང་ལྷ་དམར་རིན་པོ་ཆེའི་བར་ལ་འབྲེལ་བ་གང་ཡང་ཡོད་མ་རེད། ཁྱོད་རང་གི་འདུག་རྟགས་ལ་སྐད་ཆ་དྲིས་དང་། ལྷ་དམར་དང་སི་རུ་གཉིས་མི་མཐུན་པའི་སྐབས་དེར་སྟོབས་དགའ་ནས་སི་རུ་རིན་པོ་ཆེ་ལ་དགག་པ་དེབ་སྟོན་པོ་གཅིག་གིས་ཡོད་པ་དང་། དེ་རྩིས་སྒྲ་མ་དཔལ་ཡག་ཟེར་བ་ཞིག་གིས་གིས་པ་རེད་ཟེར་བའི་སི་རུ་རིན་པོ་ཆེ་ལ་དམའ་འབེབ་ཁོ་ནའི་ཆོག་གིས་ཤོག་ལྟེབ་བཞི་བརྒྱ་ལྟོར་ཞིག་གིས་འདུག །བརྒྱ་ཆ་ལྟ་བུ་ཅམ་ཞིག་ཡིག་ནོར་ཅན་ཞིག་འདུག །དཔལ་ཡག་

ཟེར་བ་དེ་དཔལ་སྤངས་ཚང་ས་ཡོད་པའི་སྐྱམ་མ་ཞིག་གིས་སི་རུ་རིན་པོ་ཆེ་ལ་
 རོ་ལོག་ནས་ལྷ་དམར་སར་སོང་པ་ཞིག་རེད་ཟེར། ར་སྐབས་དེར་ཨ་དཀོན་
 རིན་པོ་འི་ཚས་ཚོགས་ནང་གསོ་རིག་སློབ་བྲིད་བྱས་ནས་སྤྲོད་ཡོད་སྐབས་རེད།
 ཨ་དཀོན་རིན་པོ་ཆེས་ཡིག་འབྲལ་དེ་ལ་དགག་པ་ཞིག་གིས་གསུངས་བྱུང་།
 ངས་དེ་ལ་ཞིབ་རུ་བལྟས་རྗེས་དགག་པ་རྒྱུ་དགོས་དོན་མི་འདུག་ཚང་མ་
 དམའ་འབེབ་དང་ཚོགས་ངན་རེད། ལུང་རིགས་ཀྱི་སློ་ནས་བཤད་ཐབས་མེད་
 པ་ཞིག་རེད། འདི་ལ་དགག་པ་ཞིག་གིས་ན་གྲོང་གི་རྒྱ་མོ་རྒྱམས་འཐབ་
 འབྲུག་གི་རྒྱ་མ་པ་ཞིག་ཆགས་རྒྱུ་རེད། ཅེས་ཁོང་ལ་ཐད་ཀར་ཁྱས་ནས་དགག་
 ཡིག་མ་གྲིས། ལུ་རྒྱུ་ཉི་མས་ང་ལ་འདི་མ་བྱེད། དེ་གིས་ཟེར་ནས་སློབ་གསོ་
 མང་པོ་ཞིག་བྱས་འདུག་པ་དེ་ནི་སྤྱན་རས་གཟིགས་ལ་མ་ཁིའི་ལུང་ཟེར་བ་དེ་
 རེད། དངོས་གནས་བྱས་ན་སློབ་གསོའི་ལས་ཀ་དེ་ངའི་ལས་འགན་རེད། ང་
 དགེ་རྒན་རེད། སི་རུ་དང་བཀའ་བརྒྱུད་པའི་སྦྱོགས་ལ་ཁྱོད་རང་འཇུག་ཡོད་
 པ་ཤེས་པར་གྱིས། ངས་རྗེ་མ་ལ་བཀའ་དྲིན་ཆེ་ལྷ་དགོས་དོན་གང་ཡང་
 མེད། ཁྱོད་རང་འཆོ་བ་བསྟེན་ས་དེ་ཨ་དཀོན་ཆ་མོ་ཡིན་སྐབས་བཀའ་བརྒྱུད་
 པ་ལ་བཀའ་དྲིན་ཆེ་ལྷ་དགོས་པ་ཞིག་རེད། ཨ་དཀོན་ཆ་མོ་དེ་མིན་ན་ཁྱོད་
 རང་དབྱིན་ཇི་སྐད་དུ། Homeless ཟེར་བ་ཐོད་སྐད་དུ་བྱིས་མེད་པའི་འབྲུམ་
 པོ་ཟེར་བ་འདྲ། ཁྱོད་རང་དེ་འདྲ་པོ་ཞིག་ཆགས་ཚར་པ་རེད། ངས་རྗེ་མ་པ་
 ལ་དགག་པ་བྱས་མེད། ངས་དགག་པ་བྱེད་ས་དེ་ནང་ཚོས་དང་འགལ་བའི་
 ལས་བྱེད་མཁན། ཐོད་མི་དམངས་དང་ཐོད་ཀྱི་སྤྱི་ཚོགས་ལ་གནོད་པའི་ལས་
 ཀ་བྱེད་མཁན་དེ་དག་ལ་དགག་སྐབས་རྗེ་མ་པ་ཁྱོད་རང་ཚོས་ནག་རང་ལེན་
 བྱས་པ་རེད། ངས་དགག་ས་དེ་ཚོས་བརྒྱུད་གྲུབ་མཐའ་མ་རེད། བྱ་ངན་སྦྱོད་
 ངན་དེ་དག་རེད། བྱ་སྦྱོད་ངན་པའི་སྐྱམ་མ་རྗེ་མ་པ་དང་། བཀའ་བརྒྱུད། ས་
 སྤྱི་ཚང་མ་ལ་ཡོད་པ་ཞིག་རེད། ཐོན་དང་དགེ་ལྷན་གྱི་ནང་དུ་སྤྱོས་བཅས་
 ཀྱི་སློ་ནས་ཅུང་ཟད་ཅུང་བ་ཡོད་པ་མངོན་སུམ་མིག་གིས་མཐོང་བཞིན་པ་
 འདི་རེད། །

དང་། ཚད་མ་རིག་པ། སྒྲན་ངག་དང་། སྐར་ཅིས་རིག་པ་སོགས་སྒྲན་
མོང་གི་རིག་གནས་སློབ་གཉེར་རྒྱ་ཆེན་སྤེལ་སྤྲོད་པ། ལོ་རྒྱུས་ཐོག་མཛད་རྒྱུས་
མང་པོ་ཞིག་འདོན་ཡོད་པ་ནི། དེང་གི་དུས་འདིར་བྱར་ལུགས་གསོ་བ་རིག་
པའི་འབྲུང་ཁུངས་སྤེད་གཏེ་ལུལ་བེར་བ་འདི་ཡང་སྐབས་དེར་སི་དུ་ཆོས་ཀྱི་
འབྲུང་གནས་ཀྱིས་གསོ་རིག་སློབ་གྲྭ་ནང་དུ་བྱར་ལུགས་གསོ་བ་རིག་པའི་བྲིད་
རྒྱ་དང་། ལག་ལེན་འཆད་བྲིད་གནང་སྟེ་གསོ་བསྐྱུངས་གནང་བའི་མཁས་
པ་སློང་སྒྲན་བཀྲ་འབྲུམ་པ་དང་། དཔོན་ཀམ་བསམ་གྲན་། ཀམ་ངེས་དོན་
བསྒྲན་འདོན་། ཀོང་ལྷུལ་ཡོན་ཏན་རྒྱ་མཚོ། འབྲུ་མི་པམ། གནས་བཀྲ་ཤིས་
ཆོས་འཕེལ། ར་ཡོག་བསྒྲན་འཕེལ་ལ་སོགས་པའི་དུས་རབས་རིམ་བུང་གི་
བྱར་ལུགས་གསོ་རིག་རྒྱ་དང་དཔོན་སྤེལ་གཏོང་མཁན་རྣམས་བུང་
ཞིང་། དེ་བཞིན་དུ་མཚུར་ལུགས་ལོ་ཐོ་དཔལ་སྤྲངས་པའི་ཕྱག་བཞེས་དང་།
བོད་ཀྱི་མཛེས་རྒྱལ་རི་ལས་སྐར་ལུགས་གསར་མ་སི་དུའི་ལུགས་སོགས་བོད་
ཁམས་ཡོངས་སུ་སྒྲན་གྲགས་ཆེ་བའི་རིག་གནས་པལ་ཆེའི་འབྲུང་ཁུངས་གཙོ་
བོར་གནས་འདིར་ཆགས་ཡོད་པ་རེད། །



ཡུ་ཤུག་ཞིག་། པ་རྒྱུ་ལ།

ཡུལ་འདིའི་རིག་གནས་ཀྱི་བྱང་ཚས་ནི། ཐོག་མར་དཔེ་རིང་འགག་ནས་
ཡར་འོང་བ་དང་དཔེ་ལ་དགོན་པ་མཇལ་རྒྱུ་ཡིད། དེ་ནི་ཐོད་ཀྱི་ས་སྐྱ་པའི་
གྲུབ་མཐའ་ཡིན་ཞིང་དགོན་འདིར་ས་སྐྱའི་ཚོས་ལྷགས་ཀྱི་རིག་གནས་དང་།
རྟོན་གསུམ་མི་འདྲ་བ་མང་པོ་མཇལ་རྒྱུ་ཡིད།

དེ་ནས་ལེ་དབར་ལ་ཅམ་གྱི་ས་ན་དཔལ་སྤངས་དགོན་པ་ཡིད་ཅིང་དེ་ནི་
ཐོད་གངས་ཅན་སྤྱོདས་འདིར་རྒྱལ་བ་བཀའ་བརྒྱད་པའི་གདན་ས་གཙོ་བོ་
གོང་འོག་བར་གསུམ་ཞེས་པའི་ཡ་གྲུལ་གཅིག་རེད། དེ་ལ་བཀའ་བརྒྱད་པའི་
ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་ཚོས་དང་རིག་གནས། རྟོན་གསུམ། སྤར་ཤིང་སོགས་
དང་། ཐོད་སྤྱོདས་ཡོངས་ལ་ཤིན་ཏུ་དགོན་པའི་གསང་སྤགས་རྒྱ་རོ་ཚོས་དྲུག་
གི་བསྟེན་སྐབ་ལོ་གསུམ་ཟླ་གསུམ་གཅད་རྒྱ་བཞུགས་ཡུལ་གྱི་སྐབ་ཁང་གོང་
འོག་གཉིས་ཡིད། ལོ་ལྟར་ཐོད་ཀྱི་ལོ་སར་སྐབས་སུ་ཅ་རྒྱུང་འཕུལ་འཁོར་ལ་
སྤྱོད་བཅའ་མཐར་ཐིན་པར་སོང་པའི་སྐབ་ལྷ་རྣམས་མི་ལ་རས་པའི་རྣམ་ཐར་
ལྟར་རས་རྒྱུང་ཁོ་ནའི་གོས་ཀྱིས་མཚན་ཐུན་གཅིག་གི་གང་ལྟག་བཞུལ་ནས་
ཞོགས་པ་གཏུམ་མོའི་མེ་དྲོད་ཀྱི་རུས་པ་ཁྲོམ་སྟོན་ཆེད་ཏུ་རས་པ་རྣམས་ཁྲོམ་
བསྐྱོར་ཐེབས་པའི་ལྟ་དུ་མོ་ཡིད། །



།ཡུལ་ཡུལ་ཡུལ་ཡུལ་།

དགོན་དེའི་ལྗོ་རུབ་སྤྱོད་ཀྱི་ཕ་རི་ན་རྩོ་བྲག་དགོན་པ་ཡོད། དེ་ནི་
གསང་སྤྱོད་སྤྱོད་ཀྱི་ཕ་རི་དགོན་པ་ཞིག་ཡིན། དེ་ལ་སྤྱོད་སྤྱོད་ཀྱི་ཕ་རི་ལྷགས་
གྱི་ཆོས་དང་རིག་གནས་སྤྱོད། ལྗོ་སྤྱོད་གསུམ་སྤྱོད། འཆམ་དང་གར་
སྤྱོད་སྤྱོད་སྤྱོད་དང་བཀའ་བརྒྱུད་གཉིས་ཀ་མི་འདྲ་བའི་བྱུང་མིན་གྱི་
ཁྱད་ཆོས་ཅན་མངལ་རྒྱ་ཡོད། །



རྒྱལ་ཁྱེད་ཀྱི་ཕ་རི།

དཔལ་སྤྱོད་སྤྱོད་དགོན་ནས་རི་འགོ་ཡར་ལེ་དབར་གསུམ་ཅམ་གྱི་རི་ཁྱོད་ན་རི་
ཁྱོད་དགོན་པ་ཡོད། དེ་ནི་ཤང་པ་བཀའ་བརྒྱུད་གྱི་དགོན་པ་ཡིན། དེར་རུས་
བོད་ཁམས་ཡོངས་ལ་ཤང་པའི་དགོན་པ་གཉིས་ལས་མེད། གཅིག་ནི་བོད་
སྤྱོད་སྤྱོད་སྤྱོད་ཀྱི་ཕ་རི་ཤང་པའི་ཁྱོད་དགོན་པ་རེད། གཞན་གཅིག་ཡོད་
པ་ནི། མི་ཁྱོད་སྤྱོད་དགོན་ཀྱི་དཔལ་སྤྱོད་སྤྱོད་རི་ཁྱོད་དགོན་པ་རེད། དེར་ལ་
ཤང་ལྷགས་གྱི་ནི་ཁྱོད་སྤྱོད་དང་། གསེར་ཆོས་རྣམས་ལྷ་ཉམས་ལེན་བྱ་བུལ་
གྱི་སྤྱོད་ཁང་དང་། ལྗོ་ཁང་རྒྱུད་བྱ་གཅིག་གྱི་ཤང་པ་ཤང་པ་ཅམ་ཡོད། ཤང་

བསྐྱེད་ཀྱི་རམ་གྱིན་རྒྱལ་པོ་ཤིང་། །
 དཔལ་ཆེན་ཉི་ཅུ་ཀ་པའི་གནས།
 ཡན་ལག་ཚུལ་དུ་ཆགས་པ་ཡི། །
 དཔལ་པོ་དབང་ཆེན་བྲག་དཀར་ནི། །
 མི་དཀར་རྟ་དཀར་དར་མཐུང་འཁྱུར། །
 ལྷ་དམག་དཔུང་གི་ཅུ་རྩ་འདྲིན། །
 སྤྲུལ་པའི་གནས་དང་ཟབ་གཏེར་བསྐྱུང་། །
 ཞི་བའི་སྤྱན་ལས་སྤྱབ་ལ་བཞུང་། །ཅེས་གསུངས།



പ്രതിപ്രതികരണം

ཐང་དེའི་ཉེ་སྤྱོད་ཀྱི་རི་སྒྲུང་ནམས་ལ་དབྱར་གྱི་དུས་སུ་མེ་ཉོག་ཁ་དོག་སྤྱི་
 ཚོགས་འངའ་མཚོན་ལྟར་བཀྲ་བ། གཡང་དཀར་ལུག་ལྷུ་ལྟོ་སྤྱོད་ལྟར་འབྲིགས་
 བ། མོར་ཕྱགས་ནམས་ནི་འཁྱོད་ལྷུ་ལྟར་རྒྱ་བ། རྩ་བོ་ནམས་ཡན་ལག་བརྒྱད་
 ལྟར་ལྟར་དྲངས་ཤིང་བསིལ་བའི་གནས་དེར། ས་སྒྲོང་མི་ཡི་དབང་པོ་སྤེ་
 དགེའི་རྒྱལ་རབས་རིམ་བྱོན་ནམས་ལོ་ལྟར་དབྱར་ཉེ་སྤྱོད་གི་རྩེས་སུ་དབྱར་
 ཐོངས་ཐེབས་ནས་ཉ་རྒྱག་ །མདའ་འཕེན། རྩོ་བརྒྱད་། ལྷུ་ལེན། དུལ་ལྟ་
 གསོལ་མཚོད་ཀྱི་བསང་དང་། སྒྲ་སྒྲ་དཔང་བསྟོད་བྱ་ཞིང་། སྒྲོ་སངས་ཀྱི་
 ལྟང་མོ་བདུན་ལྷག་རེར་བཞུགས་པའི་སྒོལ་དར།



༡༠༧༧གཡུག་ལེགས།

དཔལ་སྤངས་དགོན་པའི་བུན་མིན་གྱི་ཆེ་བ་དྲུག་།

- 1 གནས་གྱི་ཆེ་བ། འབྲི་གུང་བྱང་རྒྱལ་སྤྱིང་པས་གདན་ས་བཏབས་ཏེ་བྱིན་
 གྱིས་བརྒྱབས་ནས་ལོ་ངོ་བརྒྱད་བརྒྱ་ལྷག་ཙམ་ཕྱིན་པ་དང་། ཀོང་སྤུལ་ཡོན་
 ཏན་རྒྱ་མཚོས་སྤྱོད་འདྲའི་གནས་སྤྱོད་ཕྱིས་པས་འཕགས་ལུལ་གྱི་ཙ་རི་ཏ་དང་
 གཉིས་སུ་མེད་པའི་བྱིན་བརྒྱབ་གྱི་ཚན་ཁ་ཆེ་བའི་སྤྱོད་པའི་གནས་གྱི་ཆེ་བ།
- 2 ཚོས་གྱི་ཆེ་བ། རྒྱལ་བའི་བཀའ་ལུང་དྲི་མ་མེད་པ་མར་ལུགས་དང་།

ཤངས་ལུགས་གཉིས་ཀྱི་རྒྱུད་མེད་སྤྱིར་ཁུ་ཐམས་ཅད་ཚང་ལ་མ་ནོར་བ་སྤྲུལ་
དམ་པ་བཅས་མ་ཆད་པའི་སྒྲོན་བརྒྱུད་ལོ་གསུམ་ཟླ་གསུམ་གྱི་གཅད་རྒྱའི་སྒོ་
ནས་ཉམས་ལེན་གནད་ཏུ་བཟུང་བས་བསྐྱབ་བྱའི་ཆོས་ཀྱི་ཆེ་བ།

3 སྤྲུལ་འི་ཆེ་བ། གནས་ལྷ་རིག་པའི་མ་རྒྱ་པརྟེ་ཏེ་ཆེན་པོ་སི་ཏུ་ཆོས་ཀྱི་
འབྱུང་གནས་དང་། མཛོད་ཆེན་རྣམ་ལཱའི་སྒྲོལ་འབྱེད་ཀོང་སྤྱལ་ཡོན་ཏན་རྒྱ་
མཆོ་རྣམ་གཉིས་ཀྱིས་གཟིགས་སྐྱོང་འོག་ཏུ་ཕྱིན་ལས་སྤྱོད་མཐའ་ཏུ་འཕེལ་
བས་ཆོས་བདག་སྤྲུལ་འི་ཆེ་བ། །

4 སྤྱིད་ཀྱི་ཆེ་བ། སི་ཏུ་པརྟེ་དབང་མཆོག་གིས་ས་སྐྱོང་སྤེད་གེ་རྒྱལ་པོའི་
དབུ་སྤྲུལ་དང་རྒྱལ་ཚབ་གཅིག་ཕྱོག་གནད་སྤེ་སྤེ་དགའི་ཆོས་སྤྱིད་ལུགས་གཉིས་
དགུང་ཏུ་བཏོགས་པས་དབུ་སྤྲུལ་ཁག་ལཱའི་ཡང་ཆེར་གྱུར་པའི་འཛིག་རྟེན་སྤྱིད་
ལུགས་ཀྱི་ཐོབ་ཐང་གི་ཆེ་བ།

5 ཤེས་རིག་ཡོན་ཏན་གྱི་ཆེ་བ། དཔལ་སྤྱངས་ལྷ་རིག་སྒྲོབ་སྤྱིར་འདིར་ཆོས་
དང་རིག་གནས་གཉིས་ཀར་ཐུན་མོང་ཏུ་སྒྲོབ་གཉེར་བྱ་ཡུལ་དང་། མདོ་
ཁམས་མཁས་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་འབྱུང་གནས། བོད་ཀྱི་གཙུག་ལག་སྒྲོབ་སྤེ་
ཐོག་མར་གྱུར་པས་ཆོན་རིག་རིག་གནས་ཀྱི་ཆེ་བ།

6 འཕྱོར་པའི་སྤྱིན་བདག་གི་ཆེ་བ། གངས་ལྗོངས་བཀའ་ཡི་མདུན་ན་
འདོན་ཆེན་པོ་མདོ་མཁར་ཞབས་རྒྱུང་ཆོ་རིང་དབང་རྒྱལ་དང་། ང་པོ་ད་ག་
དབང་འཛིགས་མེད་རྣམ་གཉིས་ཀྱིས་ཐུགས་བརྩེས་བསྐྱུངས་ཤིང་། རྒྱ་འཇང་
ལ་སོགས་སྤྱོད་ཀྱི་རྒྱལ་ཐུན་མང་པོའི་མཆོད་གནས་སུ་གྱུར་པས། རྒྱ་ནག་
པོའི་ཡུལ་གྱི་རྩ་ཁྱིལ་དང་། འཇང་ཁྱལ་པོའི་ཡུལ་གྱི་འབྲས་ཁྱིལ་སོགས་སྤྱོད་པས་
འཕྱོར་དང་། མངའ་འབངས་ཀྱིས་ཐུག་པས་འཕྱོར་པའི་སྤྱིན་བདག་གི་ཆེ་བ་
བཅས་སོ། །

དེ་ལྟར་ཆེ་བ་རྒྱུག་ལྷན་ཤར་དཔལ་སྤྱངས་ཐུབ་བརྟན་ཆོས་འཁོར་སྤྱིར་གི་ལོ་རྒྱུས་རྩ་
སྤྱོད་མདོར་བསྐྱུས་སྒོ་སྤྱར་དང་བལ་བ་འདི་ནི་རེ་དོགས་མེད་པའི་རྒྱལ་ཁམས་པ་དེས་
བྱིས། ཐམས་ཅད་བཀྲ་ཤིས་པར་གྱུར་ཅིག །

གྲང་ཐང་འབྲུག་རྩེའི་བྱིས་ལན།

2020.7.30

གྲང་ཐང་འབྲུག་རྩེ་ལགས་ཀྱིས་བཀའ་འདྲི་དོན་དང་ལྡན་པ་གནང་བ་ལ་
ཐུགས་རྗེ་ཆེ་ལྟ། དེད་གཉིས་བསམ་ཚུལ་གཅིག་མཚུངས་རེད་འདུག།

དོན་ཚན་དང་པོ། དེད་རུས་སྒྲ་ལོག་སྒྲུལ་ལོག་ཚོས་ལོག་སྒྲེལ་མཁན་ཚོའི་
བྱ་སྤྱོད་དེ། རྒྱ་བོ་ཕལ་པའི་ཁྲོད་རུ་ཡོན་ཏན་ཅན། འཛོན་ཐང་ཅན་འཚར་
ལོངས་བྱེད་ཡོང་རུས་ཁོ་ཚོ་དེ་ལ་སྤྲལ་དོག་གིས་དམའ་འབེབས་བྱེད་ཅིང་།
ཁོ་ཚོའི་ཡོན་ཏན་དང་། རུས་པ། འཛོན་ཐང་ལ་ངན་སྒྲ་དང་བསྐྱར་འདེབས་
བྱ་གང་ཐུབ་བྱེད་ཅིང་ཡོད་པ་ནི། མང་ཚུགས་ཀྱི་ཁྲོད་རུ་ཁོ་རང་ཚོའི་རིན་
ཐང་དང་། དད་གུས་རྒྱུད་རུ་འགོ་བ་དོགས་པའི་ལོག་སྤྱོད་ཅིག་རེད།

དོན་ཚན་གཉིས་པ། ང་ཚོས་ཚོས་དང་ཚོས་མ་ཡིན་པ་རྣམ་པར་དབྱེ་ནས་
ངོས་འཛོན་བྱ་རྒྱ་དེ་གལ་ཆེན་པོ་རེད། ལོ་རྒྱུས་ཐོག་ལའང་ཚོས་དང་ཚོས་
མིན་དབྱེ་བ་འབྱེད་མཁན་མང་པོ་བྱུང་ཡོད་པ་རེད། དཔེར་ན། འབྲི་གྲང་
དཔལ་འཛོན་གྱིས་ཚོས་དང་ཚོས་མ་ཡིན་པ་རྣམ་པར་འབྱེད་པ་ལྟ་བུ་དཔེ་
ལག་པོ་ཡོད་རེད། ཚོས་ལུགས་ཟེར་བ་དེ་རོ་བོའི་སྒོ་ནས་བཤད་ན་ལུས་
སེམས་གཉིས་ལ་བདེ་བ་ཐོབ་བྱེད། ཚོ་འདི་སྤྱི་གཉིས་ལ་བདེ་བ་ཐོབ་བྱེད་ཀྱི་
རིག་པའི་གཞུང་ལུགས་ཤིག་རེད།

དོན་ཚན་གསུམ་པ། དེད་རུས་ཚོས་ལོག་པ་ཚོས་ཚོས་བཅད་སྤྱད་ནས་རང་
ལས་ཡོན་ཏན་རྒྱུད་བའི་ཞིང་འབྲོག་རྒྱ་རྣམས་ལ་མགོ་བསྐྱོར་གཏོང་བྱེད་
ཀྱི་ལག་ཆས་ཤིག་རེད། ཚོས་ལུགས་རང་གི་རོ་བོའི་སྒོ་ནས་སྤྱོད་མེད་ཀྱང་སྒྲ་
ལོག་སྒྲུལ་ལོག་ཚོས་ཚོས་བཅད་སྤྱོད་ཅིང་མི་དམངས་ལ་གནོད་པ་ཆེན་པོ་བྱེད་
ཅིང་ཡོད་པ་རེད། དཔེར་ན། དེད་རུས་བྱ་རྒྱ་འདི་འཚོ་བའི་ནང་རུ་མེད་ན་
ཐངས་ཆགས་ཤིག་ཆགས་ཡོད་པ་རེད། བྱ་རྒྱ་བརྒྱད་ནས་ཅ་ལག་ཉེ་ཆོག་པ་

དང་། ཉན་བརྟག་དཔུང་། སློབ་སྦྱོར་བྱེད་པ། དཔུང་གཞིའི་ཡིག་ཆ་བཅའ་བ།
གནམ་གྱི་སྐོག་ས་འགྲུལ་འགྲུལ་གྱི་འཛིན་བྱང་ཉི་ཤུ། སྤྱི་འཁོར་འབོད་པ་སྐོག་ས་
མདོར་ན། འཚོ་བའི་ཉེ་མཁོ་ཐད་དུ་གང་ལ་གང་དགོས་མཁོ་གས་ཐུར་དུ་
བསྐྱབ་ཐུབ་པའི་ཕན་ཐོགས་ཅན་གྱི་འཚོ་བའི་མ་ལག་ཅིག་ཆགས་ཡོད། འོན་
ཀྱང་བྱ་རྒྱུ་ཚོས་དྲ་བ་བརྒྱུད་ནས་མི་གངས་ས་ཡ་མང་པོ་མགོ་བསྐྱོར་གཏོང་
ཞིང་ཐབས་སྣ་ཚོགས་གྱི་སྒྲེན་ས་སྐོར་མོ་བྱེ་བ་དུང་ཐུར་མང་པོ་འཕྲོག་བཅོམ་
བྱེད་པ་དང་དོན་གཅིག་རེད། ཚོས་གྱི་རིག་གཞུང་ནི་བྱ་རྒྱ་དང་མཚུངས། སྤྱི་
ལོ་ནམས་ནི་བྱ་རྒྱུ་དང་འདྲ། ཚོས་བེད་སྤྱོད་གཏོང་བཞིན་དད་ལྡན་
རྣམས་གྱི་ཡོན་འབྲུལ་བསྐྱ་བ་ནི། དྲ་ཐོག་ནས་སྐོར་མོ་བརྒྱལ་ཤོར་བ་དང་
མཚུངས་པ་ཞིག་རེད།

མི་ལ་ཞུ་མོ་གཡོག་པ་དེ་སྤྱི་ལོ་ཚོའི་དབང་རྒྱར་གྱི་ཐབས་རྒྱས་ཤིག་རེད།
ལོ་རྒྱུས་ཐོག་དུ་སྤྱི་ལོ་ཟེར་བ་དེ་མི་དམངས་ལས་ཡོན་ཏན་ཆེ་ཅན་ཞིག་
ཡོད་རེད། འོན་ཀྱང་ཁོ་ཚོའི་ཡོན་ཏན་དེ་མི་དམངས་ལ་གཞོན་བྱེད་གྱི་ཡོན་
ཏན་ཞིག་རེད། ཚོས་ལྷགས་བེད་སྤྱོད་བཏང་ནས་སྤྱི་མའི་བཀའ་ལ་མ་མཉམ་
ན་ལྟ་བུ་ལོག་པོ་རེད། དམ་ཉམས་རེད། མི་དེའི་མཉམ་དུ་སྒྲོ་ཆས་ཟས་ན།
གདན་གཅིག་འདུག་ན། གྲིབ་མ་ཐོག་ན་དཔུལ་བ་སྒྲི་རྒྱ་རེད། ཟེར་ནས་མི་
གྲལ་ནས་སུད་དེ་མི་གཞན་གྱིས་བཅོག་བཟྭ་བྱ་ཡུལ་གཅིག་བཟོ་བཞིན་ཡོད་
པ་རེད། དེ་ལྟར་འཛིགས་སྤང་ཞིག་སྤུལ་ཡོང་དུས་མི་རྣམས་གྱིས་ཁོ་ཚོས་
གང་ཟེར་མ་ཉོན་ན་མི་ཐོད་པ་ཞིག་བྱས་ཡོད། དཔེར་ན། ཐོད་བཅན་པོའི་
སྐབས་སུ་ཨེ་ཤ་ཡའི་ཡུལ་འདྲིར་མཐའ་བཞི་ཐམས་ཅད་དབང་དུ་བསྐྱུ་མཁན།
རྒྱ་ཁྱོན་སྤྱི་ལོ་གྲུ་བཞི་མ་ས་ཡ་ལྷ་ལྷག་ཅན་ལ་དབང་རྒྱར་བྱེད་ཐུབ་མཁན་གྱི་
སྒྲོབས་འབྱོར་ལྡན་པའི་རྒྱལ་ཁབ་དེ། ཕྱིའི་དགྲ་ཐོས་མེད་པ་བྱས་པ་མ་རེད།
དེང་རབས་རྒྱལ་ཁབ་ཐུན་མཚོན་ཆས་མེད་པ་བྱས་པ་མ་རེད། སྤྱི་མ་ཞིག་གིས་
ཐོད་གྱི་རྒྱལ་པོ་བསད། དེ་ནས་བཟུང་ད་བར་དུ་མི་ལོ་སྟོང་ཕྱག་ལྷག་གི་རིང་
ལ་ཐོད་མི་རིགས་ཟེར་བ་དེ་འཛམ་གྱི་སྤྱི་ལོ་མི་རིགས་ཐམས་ཅད་གྱི་གྲལ་

མཐར་བཟུང་དགོས་པ་དེ་ཚོས་ལྷགས་པས་བྱས་པ་རེད། བྱེད་དགོས་པའི་རྒྱ་
མཚན་རང་འདོད་ཁོ་ན་རེད། ཐོད་ཀྱི་རྒྱལ་བསད་པའི་རྒྱ་མཚན་དེ་གྲུ་པའི་
འཚོ་བ་སྤྲོ་ནས་སྤྱོད་བ་དེ་མེད་པ་བྱས་སྤྱིན་གྱིས་རྒྱལ་པོ་བསད་པ་རེད།

ཚོས་ལྷགས་ཐོད་བཏང་ནས་མི་མེར་ལ་སྤྱལ་སྤྱོད་ལས་སྤྲོ་པོས་བྱེད་ཐུབ་ཅིང་
ཡོད་པ་རེད། དེ་ནས་ལོ་རྒྱུ་སྤྱད་མང་པོ་ཐོད་ལུལ་ལ་གཅིག་གྱུར་བདག་
པོ་མེད་པར་གྱུར། མོག་པོ་ཁྱུ་པི་ལེས་ཐོད་ཁམས་དབང་དུ་བྱས་ཤིང་འགོ་
མགོན་ཚོས་རྒྱལ་འཕགས་པ་ཐོད་ཚོལ་ཁ་གསུམ་གྱི་དཔོན་པོར་བསྐོས། ཚོས་
སྤྱིད་ཟུང་འཕེལ་གྱི་སྤྱིད་གཞུང་བཅུགས་པ་ནས་བཟུང་། གྲུབ་མཐའ་ནང་
འབྲུག་དང་། ལུལ་སྤྱི་ནང་འབྲུག་གིས་ཤི་བསད་ཁྲག་གི་འཁོར་ལོ་བསྐོར། མི་
དམངས་རྣམས་ལ་བསྟན་པ་དང་། དགོན་པའི་ཆེད་དུ་ཡིན་སྟབས་དམག་
འབྲུག་ནང་ཤི་ན་བདེ་བ་ཅན་དུ་འགོ་ཚུགས་པའི་ངན་བསྐལ་འོག་དུ་ལུལ་སྤྱིའི་
འབྲུག་པ་རྒྱན་མི་ཆད་པ་བྱུང་ཡོད། ཁ་སྤྱོད་བསྐོར་ནས་བྱི་གན་གཅིག་ལ་རྩོ་
ཆེན་པོ་ཞིག་ཀྱང་ཐོགས་མེད། དེ་ཚོས་ལྷགས་མི་སྤྱོད་ཐོད་ཁམས་དབང་

བསྐུར་བྱས་པའི་ལོ་རྒྱུ་བརྒྱུ་ཅམ་གྱི་ལོ་རྒྱུས་རེད། ཉེ་རབས་དགེ་འདུན་
ཚོས་འཕེལ་གྱིས་ཐོད་གཞུང་ལ་བསམ་འཆར་ཁ་ཤིག་བཏོན་པའི་དབང་གིས་
སྤྱི་པ་གཞུང་གི་སྤྱིམས་ཆད་འོག་དུ་སྤྱི་གསལ་སྤྱི་བྱེད་བྱས་པ་ནི་ཆོང་མས་ཤེས་
གསལ་ལྟར་རེད། དེ་བཞིན་དུ་ཉེ་ཆར་ཆོ་བ་མདའ་སྤྱི་གཟུང་བའི་གྲུ་པ་མཁས་
པ། ལུང་རིགས་ཀྱི་སྤྱོད་ནས་ཚོས་དང་འཛིག་རྟེན་ལ་མཐའ་དབུད་བྱེད་མཁན་
ཞིག་བྱུང་ཡོད་པ། རུས་ཚོད་ལུན་རིང་མ་འགོར་བ་ཁོང་གར་སོང་འདི་སོང་
མེད་པ་བརྒྱགས་པ་རེད། ཁོང་གིས་རྟིང་མ་དང་ས་སྤྱིའི་མཁས་པ་འགའ་ཞིག་
ལ་དགག་བསྐྱབ་བྱས་སྟབས་དེ་དག་གི་སྤྱོད་ནས་ཁོང་ལ་འཛིགས་སྤྱལ་ཡོད་
པའི་སྤྱི་དཔྱིན་གསར་འགྱུར་སྤྱོད་མཐོང་ཡང་། ལུན་རིང་འགོར་བ་ཁོང་
བརྒྱགས་ཆོར་འདུག །དཔེར་ན་ང་ལ་འང་ཚོས་ལྷགས་པ་ཚོས་འཛིགས་སྤྱལ་
བྱུང་བ་རེད། མོག་མ་ངས་ཁོ་ཚོའི་བྱ་སྤྱོད་ལ་ཞེན་པ་ལོག་ཡོད་ཀྱང་དགག་པ་
ཚོག་གཅིག་ཅམ་ཡང་བཏང་མ་ཅུང་། སྤྱི་ལོ་༡༩༧༥ལོར་ངས་སྤྱོད་མ་རྣམས་

ལ་ལོ་ཐོ་ནང་གི་ངན་པ་དག་འཛོམ་ཟེར་བ་དང་། ཉི་ནག །སྐར་མ་ཡན་
གོང་ཟེར་བ་དེ་དག་བོད་རང་ལུགས་ཀྱི་ཆིས་མ་རེད། གནའ་རུས་རྒྱ་ཡུལ་ནས་
བོད་སྐད་རུ་བསྐྱར་བའི་དམངས་སྤྱོད་ཚོངས་དད་ཀྱི་རིགས་ཤིག་རེད། ང་
ཚོས་རུས་རྒྱན་འཛོམ་བའི་ནང་རུ་དེ་དག་ལ་དོ་སྤང་དགོས་མ་རེད། སྐད་འཕྲིན་
ནང་རུ་ཚུལ་ཡིག་གཅིག་གིས་ནས་བཏང་པར། དེ་ལ་གསེར་རྩ་མཁན་པོ་
དགེ་དཔལ་ཟེར་བ་ཞིག་གིས་ང་ལ་དགག་པ་བཏང་བ་རེད། ཐུབ་བསྟན་ཐུན་
ཚོགས་ཀྱིས་མི་ཤེས་ཤེས་མདོག་བྱེད་ཅིང་ངན་པ་དག་འཛོམ་ལ་སོགས་བོད་
རང་གི་དཔེ་ཆའི་ནང་རུ་ཡོད་པ་མ་མཐོང་བ་རེད་ཟེར་ནས་ཁྱངས་ལུང་གང་
ཡང་མེད་པའི་ཉམ་པའི་སྒོ་ནས་དགག་ཡིག་གཅིག་གིས་བྱང་། མ་གཞི་ངས་
ཁོ་ཚོ་ལ་ཡོན་ཏན་མེད་པ། ཉམ་པ་ཆེ་བ། སངས་རྒྱས་ཚོས་ལུགས་དང་
འགལ་བའི་སྒྱུད་ངན་མང་པོ་ཞིག་མཐོང་ཞིང་ཡོད་ཀྱང་དགག་པ་མ་བྱས་
པར་སྡོད་པའི་སྐབས་དེར། མཁན་པོ་དགེ་དཔལ་གྱིས་ང་གཉིད་སྒྲིག་པ་རེད།
དེ་ནས་བཟུང་ངས་ཁོ་ཚོའི་ཚོས་ལོག་གི་བྱ་སྒྱུད་དེ་དག་གསལ་བསྐྱགས་བྱས་
པ་དང་། ཕལ་ཆེར་ནང་ཆེན་དང་། སྡེ་དགེ། མི་ཉག་བྲག་འགོ་སོགས་ནས་
སྐད་འཕྲིན་ནང་རུ་ང་ལ་འཛིགས་སྐྱལ་གྱི་ཡི་གེ་བཏང་བ་དང་། ཁ་པར་
བཏང་ནས་ཁ་མ་བཟུང་ན་ཁོ་ཚོ་ང་བཅས་སར་ཡོང་གི་ཡིན་ཟེར་ནས་
འཛིགས་སྐྱལ་བྱང་ཡང་། ངས་དེ་ལས་ངར་བའི་སྒོ་ནས་ཁོ་ཚོ་ལ་དཔལ་སྐད་
གཏོང་བ་དང་། དགག་པ་ཟུ་མཐུད་ནས་བཏང་བ་ཡིན། དེ་ནས་ཁོ་ཚོས་
འཛིགས་སྐྱལ་གྱི་རྩམ་པ་བརྗེ་པོ་བྱས་སོང་། མཐུ་གཏོང་བ་དང་། གཏོར་
དང་བརྒྱུག་པ་རྒྱུ་རྒྱ་ཡིན་ཟེར། ངས་དེ་ཚོ་གང་ཡོད་ཡོད་གཏོང་རོགས་
ལབ་པ་ཡིན། ཕྱི་ལོ་ ༢༠༢༠ ལོར་རྟོག་དབྱིབས་ནད་རྒྱ་བྱང་ནས་ད་བར་ང་
ལ་འཛིགས་སྐྱལ་བྱེད་མཁན་མེད་པར་གྱུར་སོང་།

བོད་ཀྱི་ཚོས་ལོག་བྱེད་མཁན་འདི་ཚོ་ལ་བྱམས་དང་སྤྱིང་རྗེ་ཟེར་བ་ཉི་ལ་
འབྱུ་ཅམ་ཡོད་མ་རེད། ལྷ་མའི་བཀའ་ལ་མི་ཉོན་མཁན་དང་། དད་པ་མེད་
མཁན་ཡོད་ན་མཐུ་ཐོར་གྱིས་གསད་རྒྱ་ཡིན་ཟེར་འཛིགས་སྐྱལ་བྱ་བ་དེ་

ཡོངས་གྲགས་རེད། པོད་ཀྱི་ཚས་ལྷགས་རེད། སྤྱ་མའི་ཚས་ལྷགས་རེད།
 བྱང་པ་སངས་རྒྱས་པའི་ཚས་ལྷགས་མ་རེད། པོད་རིགས་སྤྱན་རློ་ཚོ། ད་ལྟ་
 རུས་རབས་ཉེར་གཅིག་པར་སྤེལ་ས་ཚར་པ་རེད། ཚས་ལྷག་བྱེད་མཁན་དེ་
 ཚོའི་ཁ་ལ་ཉོན་དང་མི་ཉོན། སྤྱག་དགོས་དང་མི་དགོས་བྱིད་རང་ཚོས་འདིར་
 རྒྱུ་བ། རྒྱལ་ཁབ་སྤྱི་ནང་གཉིས་ལ་ཡོད་པའི་སྤྱ་མ་ཡག་པོ། སངས་རྒྱས་ཚས་
 ལྷགས་ལྟར་བསྐྱབ་ཕྱིན་སྤྱང་མཁན། མི་དམངས་ལ་བྱམས་པ་དང་སྤྱིར་རྗེ་
 ཡོད་མཁན་གྱི་སྤྱ་མ་དེ་དག་གི་བཀའ་ལ་མ་ཉོན་ཟེར་ཞིང་མེད། སྤྱ་ལྷག་
 སྤྱལ་ལྷག་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་བྱིས་ས་དང་མི་མཐུན་པའི་མི་དམངས་ལ་བྱུར་བྱིས་ས་
 བཞག་ནས། པོད་ཀྱི་གཏམ་དཔེ་ལ། ལུན་ནག་ནང་དུ་སློག་བསད། གད་
 པའི་ཞབས་ལ་སློག་རྒྱུར། བྱེད་མཁན་དེ་ཚོ་ལ་དགག་པ་རྒྱུ་དགོས། ཁོ་
 ཚོས་པོད་མི་དམངས་ལ་དོ་དམ་བྱ་བའི་ཆེད་དུ་རྒྱུན་གྱིས་ཞུ་མོ་གཡོག་ནས་
 སྤྱི་ཚུགས་ལ་གཞོད་པ་ཆེན་པོ་བྱས་དང་བྱེད་བཞིན་པ་འདི་རེད། ཁམས་ཀྱི་
 ཚོང་དཔོན་ཆེན་པོ། རྩོམ་སྤྱིར་གི་དཔོན་དགོན་མཆོག་བཀྲ་ཤིས་རེད་
 གཉིས་ད་ནངས་ཞེགས་པར་བཤོ་སྤྱིར་བྱས་པ་ཡིན། ཁོང་གིས་གསུང་པ་ལྟར་
 བ། དེར་དུས་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱིས་མི་དམངས་ལ་རོགས་སྐྱོར་ཏུ་ཅང་ཆེན་པོ་བྱེད་
 བཞིན་ཡོད་ཟེར། དེར་དུས་ལྷལ་ལ་སྤྱང་པོ་མེད་པ་བཟོ་ཚར་པ་རེད་ཟེར།
 སྤྱང་པོ་བྱིས་མེད་མཁན་དེ་དག་ལ་དོན་ཆེན་ལྷ་དང་། དེའི་ཡན་ལག་ཉེར་
 གཉིས་ཐག་བཅད་བྱས་ཡོད་པ་རེད་ཟེར། དོན་ཆེན་ལྷ་གང་ཞེ་ན། ༡ སྤྱིར་
 ཁང་སྤྱང། ༢ བཟའ་ཆས་སྤྱང། ༣ རྒྱུན་ཆས་སྤྱང། ༤ རྒྱུན་ཡོན་སྤྱང། ༥ སྤྱི་
 གུ་སྤྱི་བ་སྤྱི་ཞུགས་ས་བཟོས་ཡོད་ཅིང་དེ་དག་ཚང་མ་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱིས་འགྲོ་སོང་
 བཏང་ཡོད་ཟེར། གསོག་བྱ་མེད་པ་མ་གཏོགས་མིག་སྒར་གང་དགོས་རྒྱལ་
 ཁབ་ལ་བརྟེན་ནས་སྤྱིར་ཚོགས་པ་ཞིག་བྱས་འདུག །

དེ་ལ་ལྷལ་དེ་དག་གི་སྤྱ་ལྷག་དེ་དག་མི་དགའ་ནས་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱིས་སྤྱིར་
 གུར་སྤྱིར། སྤྱིར་ཐབ་ཆས་སྤྱིར་སྤེལ་ས། སྤྱ་ལྷག་ཚོས་སྤྱི་གསང་གཏམ་
 ཡིན་པའི་ཚོལ་གྱིས་དེ་དག་བེད་སྤྱིར་གཏོང་ན་དེའི་ནང་དུ་སློག་ཉན་བྱེད་

ཆས་དང་། རྒྱལ་བཟུས་བྱེད་སའི་འབྲུལ་ཆས་ཡོད་རེད་ཅེས་རན་སྐལ་བྱས་
པས། འབྲོག་པ་མང་པོ་ཞིག་ཁོང་ཚོ་ལ་ཡིད་ཆེས་ནས་བེད་སྤྱོད་གཏོང་མ་
མོད་པ་རེད་ཟེར། རྗེས་སུ་ཐོག་མར་བེད་སྤྱོད་གཏོང་མཁན་ཚོས་ཡུན་རིང་
ཅམ་སྤྱད་ནས་ཡག་པོ་དང་། བན་ཐོགས་པོ་ཡོད་པ་མཐོང་དུས་ཁོ་ཚོས་ལེན་
འདོད་ཡོད་ཀྱང་ཅ་ལག་རྫོགས་ཅིན་ནས་མ་རག་པ་བྱུང་འདུག་ཟེར། ཁོ་ཚོའི་
ལོག་པའི་སློབ་གསོའི་གནོད་པ་དེ་འདྲ་བྱུང་ཡོད་པ་རེད། ལྷ་ལོག་ཚོས་རྒྱལ་
ཁབ་དང་མི་དམངས་བར་ལ་དཀྲུགས་ཤིང་བྱེད་གོས་དོན་དེ། ཁོ་རང་ཚོའི་
རྒྱས་པ་དང་གཟི་བརྗིད་ཉམས་གུང་འགྲོ་བ་དོགས་པའི་བྱ་སྤྱོད་རེད།

༥ ཁྱོད་རང་གིས་ཐད་ཀར་འདྲི་བྱའི་སློབ་གསོ་སྒོར་ལ། དེར་སངས་སློབ་མ་
མང་པོ་རྒྱ་ནག་གི་ཡུང་པ་སོ་སོར་ལ་བྲིད་ནས་སློབ་སྦྱོང་བྱས་པའི་གྲུབ་འབྲས་
གང་འདྲ་རེད་ཟེར་བའི་ལན། ང་རང་གི་ལྷ་ཚུལ་ལ། ཉ་ཅང་ཡག་པོ་རེད།
སྤྱ་བྱ་རྒྱུད་ནས་གོང་བྱིར་ནང་སོང་ནས་སློབ་སྦྱོང་བྱས་ན། རྒྱ་ཡིག་དང་།
མོད་ཡིག་དང་། དབྱིན་ཡིག་ཆོང་མ་ཤེས་མཁན། ལྷ་རྒྱ་དང་མཐོང་རྒྱ་ཆེན་
པོ་ཆགས་ཡོང་རེད། དེ་ལ་ཡང་ལྷ་ལོག་ཚོས་བྲིས་བདག་རྣམས་ལ་རན་
སྐལ་བྱས་པར། སྤྱ་བྱ་རྒྱུད་ཏུ་རྒྱ་ཡིག་གི་གོང་བྱིར་ནང་བཏང་པ་དེ་མི་རིགས་
ལ་ཞེན་པ་མེད་པ། ཚོས་ལ་དད་པ་མེད་པ། སློལ་རྒྱན་ལ་དགའ་ཞེན་མེད་
པ་འགྱུར་བའི་ཆེད་དུ་རེད། ཅེས་ལབ་ཡོད་འདུག །དེ་ནི་སྤྱག་དོག་གི་སྐད་ཆ་
རེད། སྤྱ་བྱ་རྣམས་གོང་བྱིར་ནང་དུ་སློབ་སྦྱོང་བྱས་པ་ཡིན་ན་མཁན་པོ་
དང་། རྒྱལ་སྤྱ་བརྒྱལ་ས་ཡོན་ཏན་ཆེ་བ། མཐོང་རྒྱ་ཆེ་བ་ཆགས་སྤྲུགས། ཁོ་
ཚོ་ལ་དད་གུས་བྱེད་གྱི་མ་རེད། དེས་ན་མ་འོངས་པར་ཁོ་ཚོའི་དབང་བསྐྱར་
བྱ་ཡུལ་མེད་པར་གྱུར་པའི་སེམས་འབྲལ་རེད། ཁོ་ཚོའི་རན་སྐལ་དེས་མི་
སེར་ལྷ་ཅི། ང་རང་ཚོའི་བྱ་གཞིས་འཛིན་གྱའི་སློབ་གྲོགས་ནང་ལའང་བྱགས་
རྒྱུན་ཐེབས་པའི་བསམ་སློ་ཅན་བྱུང་འདུག་ཨ། དཔེར་ན། ལུབ་བརྟན་སུན་
ཚོགས་གིས་ནང་ཚོས་དང་ལྷ་མ་ལ་དགག་པ་བྱེད་ལས་དེ་རྒྱལ་ཁབ་གིས་སྤྱ་
ཆ་སྤྱད་ནས་བཤད་བཅུག་ཅིང་ཡོད་ཆོད་རེད་ཟེར་མཁན་བྱུང་སོང་། བགད་

མོ་ཤོར་བའི་སྐད་ཆ་རེད། ང་རང་ཚོ་ཆང་མ་རྒྱལ་ཁབ་ལས་བྱེད་རེད། མི་
རེ་ལ་ལས་འགན་རེ་ཡོད་རེད། ལས་འགན་དེ་བསྐྱབས་ནས་སྤྲོ་ཕྱིན་ལེན་ནིང་
ཡོད་རེད། བྱེད་རང་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་སྤྱི་ཚོགས་ལེན་ནིང་མེད་དམ། ང་ལ་རྒྱལ་
ཁབ་ཀྱིས་སྤྲོ་ཕྱིན་སྤྱད་ཅིང་མིང་ཆོ་གཅིག་ལ་བོད་ཀྱི་སྐད་ཡིག་དང་། རིག་
གནས་དར་སྤེལ་གཏོང་བའི་ལས་ཀ་བྱས་པ་ཡིན། ང་ལ་སྤྲོ་ཕྱིན་ལ་བརྟེན་
ནས་བོད་ཀྱི་སྐད་ཡིག་དང་རིག་གནས་མེད་པར་གྱིས་ཟེར་མཁན་མ་བྱུང་།
བསམ་སློ་ཡག་པོར་ཐོངས། ལས་རྒྱ་འབྲས་མེད་པའི་སྐད་ཆ་བཤད་ན་བྱོད་
རང་ཚོ་ཚོས་པ་ཡིན་ཟེར་བའི་དམ་བཅའ་ཤོར་ཆར་པ་རེད།

སྤྲོ་ཕྱིན་ནམས་དྲིལ་བསྐྱགས་བྱེད་པའི་ནུས་པ་ཆེན་པོ་ཡོད་འདུག །རྒྱལ་
ཁབ་ལས་བྱེད་པ་ཁ་ཤས་ཀྱང་མགོ་འཛུལ་ནས་ཁོ་ཚོའི་དྲིལ་བསྐྱགས་ལ་ཡིད་
ཆེས་བྱེད་མཁན་མི་ཉུང་བ་ཞིག་ཡོད་པ་རེད། བསམ་སློ་ཡག་པོ་ཐོངས་དང་།
ཁོ་ཚོའི་དྲིལ་བསྐྱགས་སྤྱང་ཁོ་རང་ཚོས་ཀྱང་ལག་ལེན་ཡག་པོ་བྱེད་ཅིང་ཡོད་
མ་རེད། ཁོ་རང་ཚོ་རྒྱ་ཡུལ་དུ་ཡོང་ནས་རྒྱ་ཡིག་ལ་སློབ་སྦྱོང་ཤུགས་ཆེན་
བྱས་དང་བྱེད་ཐུས་རེད། བོད་ཡིག་ལས་རྒྱ་ཡིག་མཁས་པ་ཆགས་ཡོད་རེད།
རྒྱ་མཆན་གང་ཞེ་ན། རྒྱ་ཡིག་ཡག་པོ་ཡོད་ན་རྒྱ་རིགས་སློབ་མ་མང་པོ་རྒྱ་
གི་རེད། འཇམ་སྤྱིང་གནས་ཚུལ་མང་པོ་ཞིག་རྒྱ་ཡིག་བརྒྱུད་ནས་མཐོང་ཐུབ་
ཀྱི་རེད། དེས་ན་ཁོ་རང་ཚོས་བོད་ཡིག་ལས་རྒྱ་ཡིག་གལ་ཆེ་བ་བྱེད་ནས་
འབད་བཙོན་བྱེད་བཞིན་ཡོད་པ་རེད། །

ཐ་སྟད་བསྐྱེད་དང་གཡར་གྱི་བྱུང་པར།

2020,8,3

དག་བཅུའི་ཁྱིམ་ནང་མ་འདུས་པའི། །འཇིག་རྟེན་མི་ལུགས་འདི་ན་
གསུངས། །ཁྲ་མ་དོན་གྱུ་བ་ཞལ་གདམས་འདི། །རང་གཞན་ཀྱན་གྱིས་ཡིད་
འཇོག་མཛོད། །སྐྱེད་དང་གཡར་ལས་འཕྲོས་ཏེ་བསམ་འཆར་ཉུང་དུ་ཞིག་
བཏོན་པར། དང་པོར། སྒྲོ་མོ་བསྐྱེ། བོད་སྐད་རྣལ་མ་རེད། གཉིས་
པར། སྒྲོ་མོ་གཡར། རྒྱ་སྐད་ཐད་བསྐྱེ། དེ་གཉིས་ཤོ་དོན་ཅ་བ་ནས་མི་
འདྲ། ༡ བསྐྱེ་ཟེར་ན་ཅ་དངོས་གང་ཞིག་གནས་སྐབས་ཀྱི་དགོས་མཁོ་ལ་
བརྟེན་ནས་གོགས་པོ་སྟགས་མི་གཞན་གྱི་ཅར་དངོས་པོ་ཞིག་ལེན་ཞིང་དེ་
ཉིད་རང་གིས་སྟུང། རྗེས་སུ་དེ་དང་རིགས་གཅིག་པ་དང་། རིན་ཐང་གཅིག་
པ་ཡིན་པའི་དངོས་པོ་ཞིག་པར་སྐྱིན་ཆབ་སྟུང་དགོས་པ་ཞིག་གི་དོན་རེད།
༢ གཡར་ཟེར་ན་དངོས་པོ་གང་ཞིག་གནས་སྐབས་ཀྱི་དགོས་མཁོ་ལ་བརྟེན་
ནས་གོགས་པོའི་ཅར་ལེན་ཞིང་བེད་སྟུང་ཟིན་པ་དང་། དངོས་པོ་དེ་ཉིད་
སྒྲོར་བདག་པོ་ལ་སྟུང་དགོས་པའི་དོན་རེད། དེས་ན་སྒྲོ་མོ་བསྐྱེ། ཟ་འབྲུ་བསྐྱེ།
ཤ་བསྐྱེ། མར་བསྐྱེ་ཟེར་བ་ལས་དེ་ལ་གཡར་ཟེར་སྟོལ་མེད།

ཡང་། དེང་དུས་དེ་དང་འདྲ་བའི་ཐ་སྟད་བེད་སྟུང་ནོར་འབྲུལ་ཅན་
ཞིག་ལ། དང་པོར། འཆོ་བ་སྟུང། བོད་སྐད་རྣལ་མ། གཉིས་པ། འཆོ་བ་
རོལ། འཆོ་བ་ནི་འཇིག་རྟེན་འཁོར་བའི་ཆོས་ཉིད། བདེ་སྲུག་གཉིས་ལྡན་ཞིག་
ཡིན་སྐབས་རོལ་ཞེས་བཛོད་སྟོལ་མེད།རོལ། ཞེས་པ་ཆོས་ལུགས་ཀྱི་ཆོ་གའི་
ནང་དུ་མགོན་བཞི་དང་། མགོན་དུག་རྣམས་ལ་མཆོད་འབུལ་སྐབས་སུ་སྟུར་
བྱའི་ཐ་སྟད་ཅིག་སྟེ། དགའ་བདེ་ཁོ་ནར་སྟུང་པའི་དོན་ལ་རོལ་ཞེས་
བཛོད། དེང་དུས་མཁས་པ་གསར་པ་དང་། ཁྲ་སྟུལ་གསར་པ་རྣམས་ཀྱིས་ལྷ་

མི་མཉམ་སྐྱར་དང་། བདེ་སྤྱད་མཉམ་སྐྱར་གྱི་ཐོད་སྐྱད་ལུང་གསུམ་པ་མང་
པོ་ཞིག་སྤྱོད་ཅིང་ཡོད་འདུག་པ་འདི་གནའ་བོའི་ཐོད་ཀྱི་ཤེས་རིག་གི་དཔལ་
ཡོན་ཉམས་པའི་རྟགས་སུ་རེས།

གོང་གི་སྐྱད་འཕྲིན་དེ་ལ་མཆན་བྱ་བཏབ་པའི་འདྲི་བ། ༥ རུར་བདག་ན་
རེ། མཁས་དབང་མཆོག་སྒྲོར་མོ་གཡར་ཟེར་བ་ཐད་བསྐྱར་ཡིན་ན་རྟ་དང་
ཁལ་མ་སོགས་གཡར་ཟེར་བ་དེ་ཡང་ཐད་བསྐྱར་ཡིན་ནམ། དེའི་ལན་རུ་
མཆན་བྱ་བཞོད་པར། ༥ ར་པ་འཇམ་དབྱངས་བཟླ་ཤིས་ན་རེ། གཡར་བ་
ནི་གཡར་བའི་དངོས་པོ་དེ་ཉིད་ཕྱིར་སྤྱོད་པ་ལ་བྱའོ། །དཔེར་ན་རྟ་དང་
རྒྱངས་འཁོར་སོགས་ལ་གཡར་ཟེར་བ་ལས་སྤྱི་མི་ཟེར་བ་ལྟ་བུའོ། །སྤྱི་བ་ནི་
གང་བསྐྱེས་པའི་དངོས་པོ་དེའི་རིན་ནམ་ཆབ་ཕྱིར་སྤྱོད་པ་ལ་བྱའོ། །དཔེར་ན་
དབྱལ་སྤྱི། སྒྲོར་མོ་སྤྱི། འབྲུ་རིགས་སྤྱི་ཟེར་བ་ལས་གཡར་མི་ཟེར་བ་ལྟ་བུའོ། །
དེང་སང་ཁ་ཤས་ཀྱིས་སྒྲོར་མོ་གཡར་ཟེར་བ་ནི་རྒྱ་ཡིག་གི་ཅེ་(借) ཞེས་པའི་
ཤན་ཞུགས་པ་མིན་ནམ་སྟམ། དེ་ཡང་གནའ་མིས་གཏམ་དཔེ་ལ། སུམ་
རྟགས་ཨ་མའི་ཁ་ལ་ཡོད་ཟེར་བ་ལྟར། ཨ་མ་ཀན་མོར་དྲིས་ན་གསལ་པོར་
ཤེས་པར་འགྱུར་རོ། །ཞེས་གསུངས། །

སྤྲུལ་སྤྲོད་རང་དབང་དང་མི་གཞིར་དམའ་འབེལ་སྤྱི་ཚམ་བཤད།

2020.8.18

གཅིག | སྤྲུལ་སྤྲོད་རང་དབང་གི་དོན།

སྤྲུལ་སྤྲོད་རང་དབང་ཟེར་བ་དེ་ཆབ་སྲིད་གྱི་ལྷ་བ་སྤྲུལ་སྤྲོད་རང་དབང་
ལ་ཟེར། སྤྱི་ཚོགས་ཐོག་གི་རྒྱན་དང་། སྤྲུལ་སྤྲོད་རང་དབང་ལ་སོགས་པ་རག་
གི་མི་དགེ་བའི་རིགས་ཐམས་ཅད་རྒྱལ་ཁྲིམས་དང་། ཚོས་ཁྲིམས་གཉིས་ཀའི་
ནང་དུ་བཀག་ཡོད་པ་རེད། དེར་དུས་སྤྱི་ཚོགས་ཐོག་རྒྱན་པ་རྒྱལ་སྤྲུལ་སྤྲོད་
རང་དབང་གི་དོན་མ་གོ་ནས་རྒྱན་དང་། སྤྲུལ་སྤྲོད་རང་དབང་ལ་སོགས་པ་ཁོ་ཚོའི་
མ་མཐོ་བསྐྱོར་ཆས་རྒྱལ་སྤྲུལ་སྤྲོད་རང་དབང་ཟེར་བ་ནི། ལྷ་ཁང་ཐོག་གི་
རྒྱལ་མཆན་དང་། གསེར་རྟག་ཟེར་བ་དེ་དག་ཁང་པའི་ཡང་སྤྱི་དུ་བཅུགས་
རྒྱུ་ཡིན་པའི་རྒྱལ་མཆན་ལ་ཁ་གཡར་ནས། གསེར་རྟག་ཐོག་དུ་རྒྱལ་མཆན་
དང་། གསེར་རྟག་བཅུགས་པ་དང་དོན་གཅིག་རེད།

གཉིས། མི་གཞི་དམའ་འབེལ་སྤྱི་

མི་གཞིར་དམའ་འབེལ་ཟེར་བ་དེ་ལའང་བསམ་སྒྲོ་གཏོང་རོགས། སྤྱིར་
མི་གཞི་ལ་དམའ་འབེལ་མི་རུང་བའི་རྒྱལ་བཤད་དེ་རྒྱལ་སྤྲུལ་སྤྲོད་རང་དབང་
པའི་དཔལ་ཡོན་གྱི་ཆ་ཤས་ཤིག་རེད། དཔེར་ན། མི་ཉེས་ཅན་འཛིན་བཟུང་
བྱེད་པའི་སྐབས་སུ་ངོ་གདོང་དང་། ལག་ལྗགས་སོགས་སྤྲུལ་སྤྲོད་པ་ནི་
མི་དེའི་མ་འོངས་པའི་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་འཚོ་བའི་མཐུན་ལམ་དང་། དེའི་སྤྱི་སྤྱོད་
ཆུང་དུ་ཚོའི་སེམས་ཁམས་སུ་སྤྲུལ་སྤྲོད་བྱེད་ཅིང་ཡོད་པ་རེད། འོན་ཀྱང་དེར་
དུས་སྤྱི་ཚོགས་ཐོག་རྒྱན་དང་། རག་འཆལ་སོགས་སྤྱི་ཚོགས་ལ་གནོད་པའི་ལྷ་བ་
དང་། སྤྲུལ་སྤྲོད་པ་སྤྲུལ་སྤྲོད་རྒྱལ་སྤྲུལ་སྤྲོད་རང་དབང་ལ་སོགས་པ་སྤྲུལ་སྤྲོད་ཆེད་དུ། ཁོ་ཚོའི་ལྷ་
བ་ལ་ཁོར་ཡོད་པ་དང་། སྤྲུལ་སྤྲོད་ཆ་རྒྱལ་ཡིན་པའི་སྤྲུལ་སྤྲོད་ཟེར་འདོན་དང་། དེས་

སྤྱི་ཚོགས་ལ་གནོད་པ་ཡོད་པའི་སྐྱོར་འབྲེལ་བཤད་བྱས་ན། དེ་ནི་ཁོ་ཚོའི་
རང་བཞིན་བརྗོད་པའི་སྐྱོན་སྤྱོད་གསལ་ཞིག་ཡིན་པ་ལས། མི་གཞིར་དམའ་
འབེབས་ཏུ་མི་འགོ་སྟེ། འདི་ནི་སྐྱོན་གྱི་དགོ་བའི་བཤེས་གཉིན་ནམས་ཀྱིས་
གདམས་ངག་འཆང་ཐོག་ཏུ་འབེབས་པ་ཟེར་བ་དང་དོན་གཅིག་ཡིན་པར་
སེམས། སྐྱོན་ལ་སྐྱོན་ཏུ་བརྗོད་པ་ནི་རང་བཞིན་བརྗོད་པ་ཡིན་པ་ལས་མི་
གཞི་ལ་དམའ་འབེབས་མིན། སྐྱོན་མེད་པ་ལ་སྐྱོན་བཅུགས་ནས་དེང་རུས་
མཁན་པོ་དང་། སྤྱལ་སྤྱ་ཟེར་བ་ཁག་གཅིག་གིས་སྤྱོད་རང་ཨ་པ་དཔུལ་བར་
སྤྱོས་འདུག །ཨ་མ་ཁྱིལ་སྤྱོད་སྤྱོད་ཟེར་ནས་རྒྱན་བཤད་དང་། ཡང་
འགའ་ཞིག་གིས་འབྲོག་སྟེ་ག་གོ་མོ་ཞིག་གིས་ཤ་ཟ་ཁོང་ཡོད་པ་དང་། ཆང་
འཐུང་ཁོང་ཡོད་པ། ལྷ་མའི་བཀའ་ལ་མི་ཉོན་པ་བཅས་ཀྱིས་ཁོ་ཚོ་བརྒྱ་ཆ་
བརྒྱད་ཅུ་དང་། དགུ་བཅུ་དེ་དཔུལ་བར་སྤྱོད་ཅིང་རེད། ཅེས་ཟེར་བ་དེ་རིགས་
ནི་དངོས་གནས་མི་གཞི་ལ་དམའ་འབེབས་རེད་སྟེ། འདི་ནི་ཁོ་པོའི་བསམ་
ཚུལ་ཅུ་ཡིན་པས་ཆང་མས་དོན་དང་མཐུན་མིན་དཔྱད་གཞི་གནང་བ་ཞུ།
གལ་ཏེ་མ་འགྲིག་པའི་སྐྱོར་ལ་ལུང་རིགས་གཉིས་ལྟན་གྱི་སྐྱོན་སྤྱོད་དགག་པ་
ཆར་བཞིན་འབེབས་པའི་རེ་བ་ཞུ། །མིག་མ་ལོང་བ་ཞིག་ལ་འདྲ་བ་རྒྱ་མཚན་
བྱས་ཏེ་སྤྱོད་མིག་ལོང་བ་རེད་ཅེས་ལབ་ན་མི་གཞིར་དམའ་འབེབས་ཡིན། མིག་
ལོང་བ་ཞིག་ལ་སྤྱོད་མིག་ལོང་བ་རེད་ཅེས་ལབ་ན་དེ་ནི་རང་བཞིན་བརྗོད་
པ་ཡིན་པ་ལས་མི་གཞིར་དམའ་འབེབས་དང་འབྲེལ་བ་མེད་པ་ཞིག་རེད། །

སྒྲ་ལོག་གིས་བཤད་པའི་ཆོས་ལོག་ལ་ཡིད་མ་ཆེས།

2020.9.13

གཅིག་ཆོས་ལྷགས་པའི་ཁེ་ཕན་ཆེད་ཀྱི་རང་ཉིད་བླན་གཡོག་མ་བྱེད།

འདིར་བྲག་གཡལ་གྱི་སྒྲ་ལོག་ཨ་མཛོད་སྟོག་རྩལ་བྱེད་མཁན་དེས་མི་རྣམས་ལ་དད་པའི་ཡུལ་མ་ཞོར་བ་གལ་ཆེ། བོན་ཆོས་ལ་དད་པ་བྱས་ན་ལམ་ཞོར་བ་རེད། དཔུལ་བ་ལ་འགྲོ་དེས་རེད་ཅེས་འཕོད་སྐུལ་བྱས་ཡོད་འདུག །སྐད་ཆ་འདི་གསར་པ་ཞིག་མ་རེད། ཆོས་ལྷགས་པ་ཆོས་རང་ལ་དད་པ་བྱེད་མཁན་གྱི་མི་བདག་པོ་བྱེད་པའི་ཆེད་དུ་མགོ་བསྐྱོར་གཏོང་བའི་གཏམ་རེད། དེར་དུས་རྒྱ་ནག་ལ་ཡོང་མཁན་སྒྲ་མ་ཆོས་ཀྱང་ཁོ་རང་རྟིང་མ་ཡིན་ན། ས་དགེ་བཀའ་ཐོན་སྟགས་ལ་དད་པ་བྱ་མི་རུང་བ་བཤད། སྒྲ་མ་དེ་དགེ་ལྷགས་པ་ཞིག་ཡིན་ན་དེ་བཞིན་དུ་བཀའ་རྟིང་སྟགས་ཀྱབ་མཐའ་གཞན་ལ་དད་པ་བྱ་མི་རུང་བ་བཤད། མདོར་ན་རང་ལ་དད་པ་བྱས་ན་རང་ཆོས་ལྷགས་མ་གཏོགས་གཞན་ལ་དད་པ་བྱ་མི་ཆོག་པའི་ངན་སྐུལ་བྱས་དང་བྱེད་བཞིན་པ་རེད། བོད་ཀྱི་ལྷགས་སྟོལ་ལྟར་ན། ས་ཇོ་ཤིང་ཚུལ་སྟགས་པ་རང་གང་འདོད་པའི་གནས་དེ་དག་ལ་དད་པ་བྱ་ཆོག་ན། ཆོས་ལྷགས་ཀྱབ་མཐའ་གཞན་ལ་དད་པ་བྱ་མི་ཆོག་པའི་རྒྱ་མཚན་གང་། དཔེར་ན། ཇོ་མོ་སྒང་མ། ཀངས་དཀར་ཉི་ཤེ། མ་ཆེན་སྟོམ་ར། གཉན་ཆེན་ཐང་ལྷ་ལ་སྟགས་པའི་ས་ཇོ་དང་། བྱང་གི་གནམ་མཚོ། ཡར་འབྲོག་གཡུ་མཚོ། སུ་མ་གཡུ་མཚོ། མ་པམ་གཡུ་མཚོ་བཅས་གྲགས་པའི་མཚོ་ཆེན་བཞིར་གྲགས་པའི་རྒྱ་བོའི་རིགས་དེ་དག་ལ་དད་པས་མཛོད་བསྟོད་བྱས་དང་བྱེད་བཞིན་པ་རེད། སོ་སོའི་ངོར་དད་པ་མཚན་ཉིད་པ་ཞིག་ཡོང་མི་སྲིད་པ་རེད། ཁོ་ཆོའི་ངོར་དད་པ་ཟེར་བ་དེ་རང་ཉིད་གང་ལ་མོས་པ་དང་དགའ་བ་དེ་དད་པ་རེད། སྟོགས་གཞན་ཞིག་ནས་

བཤད་ན། སྤྱི་མ་རོ་ལ་དགའ། རྒྱལ་མ་གཡག་ལ་དགའ། ཟེར་བ་དེའང་དད་
 པའི་ཆ་ཤས་ཤིག་རེད། མི་དམངས་ལ་ངན་སྤྱུལ་གྱིས་དད་པ་བཀག་པའི་
 ལྷགས་སྤྱོད་འདི་ནི་གནའ་ནས་ད་བར་ཚོས་ལྷགས་པས་མི་དམངས་ཀྱི་བསམ་
 སློལ་བཏབ་པའི་ལྷགས་སྤྱོད་ཅིག་རེད། ཚང་མས་སྤྱི་མ་འདི་ཡིས་བཤད་པའི་
 རྒྱུད་ཆ་འདི་རིགས་གང་ཞིག་ཤིག་ཏུ་འཛིན་ནས་སྒྲུང་མེད་ཏུ་དོར་འོས། །

གཞིས། ཚོས་ཀྱི་སྤྱི་མ་གསལ་བོད་ཁམས་ཀྱི་ད།

ལོ་རྒྱུས་ཐོག་ཏུ་ཚོས་ལྷགས་ཀྱི་སྤྱོད་གསལ་མིའི་སྤྱད་པ་རུལ་པ་བཅོས་ཡོད།
 བོད་བཅན་པོའི་སྐབས་སུ་གཙོ་བོ་ཆབ་སྲིད་དང་། དམག་དོན་རྒྱལ་སྤྱོད་
 དང་། དམག་དཔུང་གིས་བཟུང་ཡོད་པ་རེད། སྐབས་དེར་ཨེ་ཤ་ཡའི་སྤྱིར་
 འདིར་བོད་བཅན་པོ་ཟེར་བ་དེ་མཐའ་བཞི་དབང་ཏུ་བསྟ། སྤྱིགས་བཞི་བེལ་
 གིས་གཞོན་པའི་བྱ་བོད་བཅན་རྒྱལ་ཟེར་བ་དེར་རྒྱལ་ཡིག་རིགས་གཞན་དག་
 ཏུ་འཁོད་ཡོད་པ་ཞིག་རེད། དེ་ནས་བོད་བཅན་པོའི་རྒྱལ་ཁབ་འཛོམ་ཞིག་
 སྤོང་ནས་སྤྱི་ཡོད་རྒྱལ་རབས་བརྒྱ་གསུམ་པའི་སྤྱད་ཅམ་ནས་ཚོས་སྲིད་བྱུང་
 འབྲེལ་གྱི་སྲིད་དབང་བཅུགས་པ་རེད། དེ་ནས་བཟུང་མི་དམངས་ལ་དབང་
 བསྐྱར་བྱ་བ་དེ་བའི་ཆེད་ཏུ་ལྷ་དང་སྤྱི་མ་ལ་དད་པ་བཟན་པོ་དགོས་པ་དང་།
 འདོད་ཚུང་ཚོག་ཤེས་དགོས་པ། ཚོ་མི་རྟག་པ་ཡིན་པ། རྒྱ་བས་ལ་སྤྱིར་པོ་
 མེད་པ། ཐམས་ཅད་ཆོ་སྤྱི་མའི་དོན་ཏུ་གཏང་དགོས་པ་སོགས་ལོག་པའི་
 སྤྱོད་གསལ་བྱེད་ཅིང་མི་དམངས་ཀྱིས་རྒྱ་ལོར་གང་འབྲལ་བ་དེ་དག་ཁོ་རང་
 ཚོས་བདག་པོ་བྱེད། ཡང་དག་སྤྱོད་གསལ་མེད་པའི་མི་དམངས་སྤྱོད་པོ་ནམས་
 ཚོས་ལྷགས་པའི་བྱ་བ་གཡོག་ལྷ་བྱ་ཞིག་གྱུར། མི་ལོ་བདུན་བརྒྱ་ལྷག་གི་རིང་
 ལ་མི་དམངས་ལ་དགོས་པའི་སྤྱོད་གསལ་ཆུང་བ་ཞིག་དང་། སྐབས་བདེའི་སྤྱོད་
 ཁང་ཞིག་གྱུང་འཛུགས་བསྐྱར་བྱས་མེད། དེ་ལྷ་བྱ་ཡུན་རིང་པོ་དེ་འདྲ་ཞིག་
 ལ་མི་དམངས་ཀྱི་ཁེ་ཕན་སྤོས་གཏོང་མཁན་གྱི་སྲིད་གཞུང་ཞིག་ས་ཡི་གོ་ལའི་
 ཐོག་ཏུ་བྱུང་ཡོད་མ་སྲིད་པ་ཞིག་རེད།

གསུམ། རོད་ཀྱི་མཁུན་ལམ་ཆོས་སྤྱོད་བྱུང་འབེལ་གྱིས་བྱང་།

སྤྱོད་མཁུན་སྤྱོད་བྱུང་ལམ་ལྷགས་དེ་བོད་ཀྱི་མཁུན་ལམ་བརྒྱགས་པ་རེད།
 ཁྱིལ་འི་དུས་རབས་བཅུ་གསུམ་པའི་དུས་སྤང་ནས་བཟུང་ས་སྤྱོད་པའི་སྤྱོད་
 དབང་། སྤྱོད་ཀྱི་སྤྱོད་དབང་།^① དགའ་ལྷན་པོ་བྱང་གི་སྤྱོད་བཅས་ལོ་རྒྱུ་
 བདུན་བརྒྱ་ཅམ་གྱི་ཆོས་སྤྱོད་བྱུང་འབེལ་གྱི་ལམ་ལྷགས་འོག་དུ་ཆོས་ཁོ་ན་མ་
 གཏོགས། ཆབ་སྤྱོད་། དཔལ་འཕྱོར་། རིག་གནས་གང་ཡང་མེད་པའི་ཡུལ་
 མཐའ་འཁོབ། ཡུང་པ་རྗེས་ལྷན། མི་དམངས་ཆོངས་པ་ཞིག་བཟོས་ཡོད།
 རྒྱལ་ཁབ་དང་ཡུང་པ་སྟོབས་ལྷན་དགོས་ན་ཐོག་མ་དམག་དོན་རེད། ལོ་
 བདུན་བརྒྱའི་རིང་ཆོད་ལྷན་གྱི་དམག་དཔུང་ལྟ་ཅི། ཡུལ་དམག་དང་། སྤྱོད་
 དམག་ལྟ་བུ་ཞིག་གྱང་གཏན་འཁེལ་བ་བྱེད་ཐུབ་ཡོད་མ་རེད། དེ་ནས་དཔོན་
 རིགས་བར་དང་། དགོན་པ་དང་ཆོས་ལྷགས་དཔུང་སྤྱི་བར་ལ་འབྲུག་པ་
 མོར་དུས་རབས་གི་མི་དམངས་ལ་སྤྱོད་སྤྱོད་བྱེད་ཅིང་། བྱོད་ཆོ་སངས་རྒྱས་
 བཟུན་པ་སྤྱོད་བ་དང་། སྤྱོད་པའི་སྤྱོད་དག་འདུལ་བའི་ཆེད་དུ་འཐབ་འཛིང་བྱ་
 དགོས། དེ་ནི་དགོ་བའི་ལས་གལ་ཆེན་པོ་ཞིག་ཡིན་ཟེར་ནས་བོད་འབངས་
 བར་འབྲུག་སྤྱོད་། ཤི་བསད་ཁྲག་གི་འཁོར་ལོ་བསྐྱོར་བཅུག །གང་ཞིག་ཁེ་
 སམ་བྱུང་བའི་སྤྱོད་པས་སྤྱོད་པས་སྤྱོད་པས་སྤྱོད་པོ་དང་། མན་ཆིང་དང་། རྒྱ་
 རིགས་སྤྱོད་པས་ལོ་རྒྱུས་སྤྱོད་ཀྱི་རེ་བ་ལྟ། མི་རིགས་གཞན་གྱི་དམག་དཔུང་
 གིས་རང་ཡུལ་བསྐྱངས། རང་དང་ལྟ་བུ་མི་མཐུན་པའི་དཔོན་རིགས་སྤྱོད་
 བཅད། ས་པར་ལོགས་བཤད་ལས། ས་བསད་པ་ལ་རྒྱལ་རྒྱ་བརྒྱུད་། ཟེར་བ་
 རི་མ་རི་བཞིན་བྱས་ཡོད་པ་རེད།

བཞི། རྒྱལ་ས་འགྲོ་ཞོར་ན་འཆོ་བ་ལ་ཕན་གཞོན་ཅིད།

རྒྱལ་ས་འགྲོ་ཞོར་བས་འདི་ཕྱི་འི་མཁུན་ལམ་བརྒྱགས་པའི་དཔེ་གང་། རྒྱལ་ས་

① འདིར་གཙང་པའི་རྒྱལ་པོའི་སྤྱོད་དབང་ལོ་༡༩ རིང་ལ་ཆོས་སྤྱོད་བྱུང་འབེལ་མ་ཡིན།

འགྲོ་ཁྱོད་ནས་མི་རིགས་ཀྱི་མདུན་ལམ་བརྒྱུག་ན། པོད་ཀྱི་ལོ་བདུན་བརྒྱ་ལྷག་གི་རུས་ལ་སྐྱབས་འགྲོ་ཁྱོད་འདུག །ས་ཡི་གོ་ལའི་ཐོག་ཏུ་མི་དམངས་ལ་སློབ་གསོ་མེད་པའི་ལུན་ནག་གི་རུས་ཡུན་རིང་ཤོས། མཐའ་མཐུག་སྲིད་འབྱོར་རིག་གསུམ། ཚན་རིག་ཤེས་བྱའི་མདུན་ལམ་བརྒྱུགས་པའི་མི་རིགས་ཤིག་ཆགས་པ་རེད། དེ་སྐྱབས་འགྲོ་ཁྱོད་བ་མིན་ན་གང་རེད།

ཟ། ལྷ་སྐྱོབ་མཁན་མི་མ་རེད།

ལྷ་ཟེར་བ་དེ་མི་ལ་སྐྱབ་སྐྱོབ་བྱེད་མཁན་རེད། མིས་ལྷ་ལ་སྐྱབ་སྐྱོབ་དགོས་ན་ལྷ་ཟེར་བ་དེ་ར་ཚོ་ལ་ཕན་པ་མེད་པའི་ཁྱུང་པོ་ཞིག་རེད། གང་སྤྱིགས་ནང་ཏུ་དབྱུག་འོས་པ་ཞིག་རེད། དེར་རུས་སླ་མ་རྒྱལ་སྤྱི་རང་གི་ཁེ་ཕན་སྐྱབ་བའི་ཆེད་ཏུ། མི་དམངས་ལ་སྐྱལ་སློབ་བྱེད་ཅིང་། ར་ཚོའི་དགོན་པ་དང་། ལྷ་སྐྱབ་རྒྱལ་སྤྱི་སྐྱོབ་བྱ་བའི་ཆེད་ཏུ་དགོན་པ་ལ་སྤང་མཁན་དང་། ལྷ་དང་སྐྱབ་མ་ལ་བསྐྱར་འདེབས་བྱེད་མཁན་བྱང་ན་དེ་དག་དང་འཐབ་འཛིང་བྱེད་དགོས་པ་དང་། དེ་དག་འཁོར་དང་བཅས་པ་ལ་གཞོན་འཆོལ་བྱེད་དགོས་པ། དེ་དག་གི་རྒྱ་ཁྱོད་ལོངས་སྤྱོད་དང་། ཚོ་སྤྱོད་ལའང་གཞོན་པ་བྱ་དགོས་ཞེས་སྐྱལ་སློབ་བྱེད་སྤྱོད་འདི་ནི་ནང་པ་སངས་རྒྱལ་པ་བེད་སྤྱོད་ཅིང་བདུད་ཀྱི་ལས་སྐྱབ་མཁན་ཞིག་ཡིན་པ་ཤེས། ཚོས་དང་འགལ་བའི་བྱ་སྤྱོད་དང་། སློབ་གསོ་བྱེད་མཁན་དེས་ཁྱོད་རང་རྒྱན་པོ་དང་། གཟའ་རོ་ཡིན་པ་དོས་འཛིན་ནས་མཐོང་རྒྱུ་བྱེད་ཅིང་ཡོད་སྟབས། རང་ལ་མཐོང་རྒྱུ་བྱས་པ་དེ་དོས་ཟིན་པ་བྱེད་ཅིང་། སླ་ལོག་དེ་རིགས་ལ་མཐའ་གཅིག་ཏུ་དགག་པ་དང་སྤྱོན་བརྗོད་གཏོང་དགོས།

རྒྱག །ཚོས་ལ་དད་པ་དང་ལས་རྒྱ་འབྲས་ལ་དད་པ་དོན་གཅིག

ཚོས་ལ་དད་པ་ཟེར་བ་དེ་ལས་རྒྱ་འབྲས་ལ་ཡིད་ཆེས་དང་དད་པ་ལ་ཟེར། མི་དང་རྒྱ་ལ་དད་པ་མ་རེད། ཚོས་ལ་དད་པ་ཡོད་ན་ལས་རྒྱ་འབྲས་ཡག་པོ་

སྤངས། བྱམས་སྤྱིང་རྩེ་ཡོད་པ་གྱིས། གཞན་ལ་གནོད་པ་སྤྱངས། དེ་ཆོས་ལ་
དད་པ་རེད། ལྷ་དགོན་མཆོག་ལ་རང་གིས་གསོལ་བ་སྤྲོད། དགོན་མཆོག་
གསུམ་དང་རང་གི་བར་ལ་འབྲེལ་བ་བྱེད་མཁན་སྤྱོད་ལྷག་སྤྱུལ་ལྷག་ཆོས་ལ་
དད་པ་མེད་མཁན། ལས་རྒྱ་འབྲས་མི་སྤྱང་མཁན་ཞིག་ལ་རེ་བ་བཙུགས་ནས་
དགོན་མཆོག་ལ་འབྲེལ་བ་བྱེད་རོགས་ཟེར་བ་དེ་སྤྱོད་པོའི་ལས་ཀ་རེད།
དགོན་མཆོག་གསུམ་གྱིས་སྤྱོད་གང་ཞིག་གིས་གསོལ་འདེབས་བྱས་ན་དེ་ལ་
ཐུགས་རྩིས་གཟེགས་ངེས་རེད། གསོལ་བ་འདེབས་མཁན་ལ་དབྱེ་བ་སྤྱི་མི་
སྤྱིང་པ་རེད།

བཀུན། དད་པ་གོས་ལ་བྱེད་དམ་མི་ལ་བྱེད།

སྤྱོད་ཆོས་གང་ལ་དད་པ་བྱེད་ཅིང་ཡོད། ཆོས་གོས་ལ་དད་དམ། གང་
ཟག་དེའི་རྒྱུད་གྱི་བསྐྱབ་སྤྱོད་ལ་དད་པ་བྱེད་ཅིང་ཡོད། ཆོས་གོས་ལ་དད་པ་
ཡིན་ན་དེར་རྒྱས་ཁྱོད་ལམ་ནང་ག་ས་ག་ལ་ཆོས་གོས་བཙུགས་ཡོད་འདུག།
ང་ཆོས་ཆོས་གོས་རེ་ཉོས་ཏེ་རང་གིས་གྱོན་ན་འགྲིག་གི་རེད། གལ་སྲིད་གང་
ཟག་གི་རྒྱུད་གྱི་བསྐྱབ་སྤྱོད་ཀྱི་ཡོན་ཏན་ལ་དད་པ་བྱེད་ཅིང་ཡོད་ན། སྤྱོད་ལྷག་
རྣམས་ལ་སྤྱོད་པ་ནི་མེད། ཡོན་ཏན་ནི་མེད། ཆོས་ལ་དད་པ་ནི་མེད། ཁོ་ཆོ་
ལས་ང་རང་ཆོ་དགའ་ངེས་རེད། སྤྱོད་པ་མེད་པ་གཅིག་མཚུངས་རེད། ཡོན་
ཏན་དང་ཆོས་དད་ང་ཆོ་དུག་གི་རེད། ཁོ་ཆོས་ཁེ་ཕན་ཆེད་རྒྱ་སངས་རྒྱས་
ཤུགས་ལྷག་པ་འང་རྟོག་རྩིས་གཏོང་གི་འདུག། །དཔེར་ན། མཐའ་ཡས་རྩོམ་རྩི་
བྱ། སྤྱིས་དམན་བྲིད། སྤྱོད་ཁྱེད་ནས་གཟན་ཤམ་གྱོན། ཆབ་སྲུག་བཏགས་
ནས་འགོ་བ་ནི་སངས་རྒྱས་དམའ་འབེབས་རེད། དེ་བཞིན་རྒྱ་ཉིན་ཤས་སྤྱོད་
ཆབ་མདོ་རི་པོ་ཆེ་དང་སྤྱིང་ཆེན་གང་ཡིན་པ་ཞིག་ནས་སྤྱོད་མ་ཞིག་གིས་
གཟན་ཤམ་གྱོན། པཌ་ཁྱེད་མནའ་སྤྱོད། གྲུ་པ་གཙང་མ་ཞིག་གི་ཆས་གོས་གྱོན་
ནས། ཁོ་ཆོའི་སྤྱོད་ལ་ནས་སྤྱོད་མ་ཞིག་སྤྱོད་གཤེགས་པ་རེད། དེ་ནས་ཁོ་རང་མི་
ལམ་ནང་རྒྱ་དམུལ་བར་སྤྱོད་པས་སྤྱོད་མ་དེས་སེམས་ཅན་མང་པོ་ཞིག་འདྲེན་
ཞིང་ཡོད་པ་མི་ལམ་ན་མཚོང་བྱེད་ཟེར་བ་ཤད་སོང་། ངས་ཆོས་གོས་ལ་

བཏུས་ན་གྲུ་པ་གཙང་མ་ཞིག་ཡིན་རྒྱུ་རེད་དུས་བྱུང་། རོན་རུ་ཁོ་རང་བཟའ་
 ཟླ་དང་བྱ་རྒྱུད་ཡོད་པ་མ་ཟད། སྒོག་རུ་བྱུང་མེད་མང་པོ་ལ་མགོ་བསྐྱོར་
 གཏོང་མཁན་ཞིག་རེད་ཟེར། དེ་ལྟར་བསྐྱབ་སྒྲོམ་མེད་བཞིན་རུ་ཆོས་གོས་
 གྱོན་ནས་ཆོས་བཤད་བྱ་བ་ནི་ཁྲུམ་པ་དང་། རུམ་པ། སངས་རྒྱས་བཏུན་
 བཞིགས། ལྷ་ལོག་དམ་ཉམས་ཟེར་བ་དེ་དངོས་གནས་རེད། དེ་བཞིན་རུ་ཁོ་
 རང་གི་ཆེ་ལམ་རུ་མཐོང་བའི་སྤྱི་མ་དེའང་ཁོ་རང་ནང་བཞིན་རུམ་པ་ཞིག་
 རེད་ཟེར། ནང་ཆོས་བཤད་སྒྱུད་ནས་ང་ཆོའི་ཞིང་འབྲོག་མི་དམངས་རྣམས་ལ་
 འདི་ལྟ་བུའི་མགོ་གཡོག་བྱེད་པ་ནི་བདུད་ཀྱི་ལས་སོ། །པོད་རིགས་སྤུན་ཟླ་
 ཆོ། མགོ་ལ་སྐད་པ་ཡོད་ན་མི་འདི་རིགས་ལ་དད་པ་མ་བྱེད། འདི་ཆོ་ལ་
 དད་པ་བྱེད་པ་ནི་སྤྱང་ཁུ་ལ་དད་པ་དང་། དེད་མོང་ལ་དད་པ་བྱེད་པ་
 གཅིག་མཚུངས་རེད། ཆང་མས་བསམ་སྒྲོ་ཐོངས།

བརྒྱད། ཟླ་མ་རུམ་པ་དང་ཡོན་བདག་སྤུན་པོ་འབྲུང་ལ།

རུས་རབས་འདིར་བྲན་གཡོག་གི་བསམ་སྒྲོ་ཡོད་པ་ནི་ཆོངས་ཀྱགས་རེད།
 དེར་རུས་ཆོང་པ་ཁག་གཅིག་ལ་སྒོར་མོ་རུང་ཟད་ཡོད་ཅིང་། ཡོན་ཏན་མེད་
 པའི་ལྷ་བས་ཀྱིས་ཁོ་ཆོ་སྤྱི་ལོག་ཆོའི་བྲན་གཡོག་ཆགས་པ་ཞིག་རེད། ཁོ་ཆོ་ལ་
 དགོས་པ་དེ་གྲོང་གསེབ་མི་རྣམས་ཀྱི་སྤུན་ལ་སྐད་གཤམ་དང་། སྤྱི་ཚོགས་
 ཐོག་རུ་མཆོན་གནས་འདྲ་པོ་རུང་ཟད་ཅིག་དགོས་སྤང་ཤར། དགོན་པའི་ནང་
 རུ་ལྷ་སྤྱི་ཆེན་པོ་བཞེངས། གོས་ཆེན་མང་པོ་ལུལ། སྤྱི་ལོག་རྣམས་ལ་གསེར་
 ཁྲི་མཐོན་པོ་བརྒྱུད། གྲོང་སྤེ་དེའི་སྤྱི་ཚོགས་ནང་རུ་ཁོ་རང་ལ་སྐད་གཤམ་
 རུང་ཟད་ཅིག་ཐོབ་འདོད་བྱེད་ཅིང་ཡོད་པ་རེད། རོན་དངོས་ལ་སྤྱི་ལོག་
 རུམ་པ་དང་། ཡོན་བདག་སྤུན་པོ་གཉིས་འབྲུང་པས་ཆོང་པ་སྤུན་པོ་རྣམས་
 ནི་སྤྱི་ལོག་པའི་བྲན་གཡོག་གི་སྐད་པ་ཆགས་པ་རེད། སྒོར་མོ་དེ་འགྲོ་སང་
 གཏོང་ས་ནོར་བ་རེད། གྲོང་པ་དེའི་ནང་ལ་སྤུན་ཁང་རྒྱུ་འཁུར་རུ་ཞིག་དང་།
 ཡང་ན་སྒོ་བ་གྲུ་རྒྱུ་འཁུར་རུ་ཞིག་བཅུགས་ན་ལུལ་དེའི་མི་དམངས་ལ་ཕན། མ་

འོངས་པར་ཡུལ་དེར་མི་འཛོན་ཐང་ཅན་འབྱུང་། ཆོ་སྤྱོད་མ་ལ་བསམ་ན་
གཞན་པན་ལས་དགེ་བ་ཆེ་མེད། ད་ལྟར་མི་རིགས་ཀྱི་ལ་རྒྱ་བེར་ན་ཡང་
རང་གི་མི་རིགས་གསོ་སྦྱང་ཐུབ་ན་དེ་ལས་ལ་རྒྱ་ཆེ་མེད་པ་ཞིག་རེད། ལྷ་
ལོག་རྒྱམས་ལ་གསེར་གྱི་དང་། དགོན་པ་བཞིངས་པ་ནི་དོན་དངོས་ཀྱི་ད་
རང་གི་སྒོར་ཚུད་ཐོས་བཏང་ཆར་པ་རེད།

དགྲ། བོད་ཀྱི་ཆོས་བྱེད་སྤངས་དང་ཆང་འབྱུང་སྤངས་གཉིས་གཅིག་པ་རེད།
སྤྱི་བཏང་གསོལ་ཆས་སྐབས་སུ་ཆང་འབྱུང་བ་དེ་རྒྱན་ལྷན་ཞིག་རེད། ཟས་ཀྱི་
གྲོ་བ་དང་། ཡི་གར་ཡོང་བའི་ཆེད་དུ་རེད། སྤྱི་རྒྱལ་ཡིན་ན་གསོལ་ཆས་
སྐབས་སུ་ཆང་འབྱུང་ན་ཕི་ཅི་བྱེད་ཅམ། ཡང་ན་ཕི་ཅི་གང་ལས་མང་བ་
འབྱུང་མཁན་ཡོད་མ་རེད། དེ་ལ་བཟའ་བཏུང་གི་རིག་གནས་བེར། བོད་
ཀྱིས་ཆང་འབྱུང་ན་ཕི་ཅི་གང་དོའི་སྐད་ཆ་ཡོད་མ་རེད། སྐམ་ག་ཆེད་འབྱུང་
བེར། སྤྱི་ཉིན་མགོ་ན། ཞེན་པ་ལོག་ནས་ཡར་ལངས་མི་ཐུབ་པ་ཆགས་ཆར་
པ་རེད། དེ་བཞིན་བོད་པས་ཆོས་དད་ཆང་འབྱུང་སྤངས་དང་གཅིག་པ་རེད།
ལྷ་མ་བྲམ་པ་ཞིག་གིས་ཆོས་བཤད་རྒྱན་མ་ཞིག་ལ་ཉན། དེ་ནས་རང་ལ་རྒྱ་
ཁོར་རུང་བཟང་ཡོད་པ་དེ་སྤྱི་རྒྱལ་ཆེད་དུ་མ་གཏང་། བ་མའི་ཞབས་ཞུས་ཆེད་
དུ་མ་གཏང་། ནད་བཅོས་པའི་ཆེད་དུ་མ་གཏང་། སྤྱ་གུའི་སློབ་གསོའི་ཆེད་
དུ་མ་གཏང་པ་ཆང་མ་སྤྱ་ལོག་དགོན་པ་ལ་སྤུལ། དེ་ནས་སྤྱ་གུའི་སློབ་ཡོན་
མེད། བ་མའི་ནད་བཅོས་ཡས་མེད་པ་བྱེད་ནས་ད་རུང་ཆོས་པ་ཡིན་པའི་
ཐོལ་གྱིས་བསྐྱད་ཡོད་པ་རེད། དེ་ལས་སྤྱན་པའི་ལས་ཀ་གང་ཡང་ཡོད་མ་
རེད།

བཟུ། རྒྱན་པའི་མི་ལ་ཆོས་དད་དང་ཉལ་ཐལ་རྒྱས་པ་གཅིག

བོད་ལ་ཆོས་ཀྱི་བྱེད་ལས་དེ་ཉལ་ཐལ་གྱི་རྒྱས་པ་དང་གཅིག་རེད། ཆོས་
བེར་བ་དེ་དོན་དངོས་ལ་ལྷུས་སེམས་གཉིས་ལ་བདེ་བ་སྤྱིར་བྱེད་ཀྱི་རིག་པའི་
གཞུང་ལུགས་ཤིག་རེད། ཆོས་ཀྱི་གཞུང་ལུགས་ལྟར་ཉམས་ལེན་བྱས་ན་སྤྱི་

ཚོགས་བདེ་འཇགས་དང་། མི་སྒྲིལ་གྱི་ལུས་དང་སེམས་ལ་བདེ་བ་ཐོབ་བྱེད་
གྱི་ཐབས་ཤེས་ཤིག་རེད། ད་ལྟ་སྤྱི་ཚོགས་སྤོང་བའི་ཚོས་ལོག་འདི་ནི་
ཉལ་ཐལ་དང་རུས་པ་གཅིག་པ་རེད། ཉལ་ཐལ་འཐེན་མཁན་དེ་ཚོར་གནས་
སྐབས་འབྲུལ་སྤང་གི་བདེ་བ་ཞིག་འཆར་ནས་ཚོ་འདི་ཕྱི་གཉིས་ཀ་མེད་པ་
ཞིག་ཆགས་འགོ་བཞིན་ཡོད་པ་རེད། དེ་བཞིན་རུ་དེང་རུས་ཚོས་བཤད་
མཁན་དང་། ཉལ་ཐལ་འཆོང་མཁན་གཉིས་གཅིག་པ་རེད། ཉལ་ཐལ་འཆོང་
མཁན་ཁོ་རང་གི་ཉལ་ཐལ་འཐེན་ཞིང་ཡོད་པ་མ་རེད། ཐོད་ཀྱི་ཚོས་ལོག་
བཤད་མཁན་སྤྱི་ཚོས་ཁོ་རང་ཚོས་བཤད་པ་དེ་ལག་ལེན་བྱེད་ཅིང་ཡོད་
མ་རེད། ཁོ་ཚོས་བཤད་པའི་ཚོས་ལོག་དེས་མི་དམངས་རྣམས་གནས་སྐབས་
འབྲུལ་ནས་འདི་ཕྱི་གཉིས་ཀྱི་དོན་ཆེན་པོ་ཞིག་སྐྱབ་བཞིན་ཡོད་སྟེ་མ་ནས་
མཐར་འདི་ཕྱི་གཉིས་མེད་ཅིག་ཆགས་ཆར་པ་རེད།

མདོར་ན་བྲག་གཡག་སྤྱི་ཚོས་སྐྱབས་སུ་འགོ་བའི་ཡུལ་ནོར་མི་རུང་།
ནོར་ན་གནམ་རྒྱུ་འོང་བ་ལྟ་བུ་ཞིག་བཤད་འདུག །ཁོས་དམིགས་ཡུལ་དེ་
དད་པ་བྱེད་ས་དེ་སྤྱི་དགེ་ལུགས་པ། བྱེ་བྲག་རུ་ཁོ་རང་གི་དགོན་པ་མ་
གཏོགས་པ་ལ་དད་པ་མ་བྱེད་ཅེས་པའི་དོན་རེད། དད་པ་ནོར་ནས་མི་ག་
ཚད་དམུལ་བ་སྤྱིས་ཡོད། མ་ནོར་ནས་མི་ག་ཚད་ལ་བདེ་འགོ་ཐོབ་ཡོད།
སུས་འགྲེལ་བཤད་བྱེད་ཐུབ། །

ཕྱ་གུའི་ཐོད་སྐད་སློབ་གསོའི་གཙོ་བོ་པ་མ་ལ་རགས་ཡོད།

2020.10.16

སྤྱི་ཚུལ་གྱི་ལག་ལེན་བྱ་རྒྱུ་ཡིན་པ་ལས་ཕྱོས་བརྒྱ་བརྒྱུ་ཡས་ཤིག་མ་རེད། འདི་ཕྱི་གཉིས་ཀའི་གནས་ལུགས་མི་ཤེས་མཁན་གྱི་སྒྲ་ཡོད་དང་། འབྲུ་འགའ་ཡིས་སྤྱི་ཚུལ་ལ་འབྲུར་རྒྱུ་དགོས་པའི་བརྒྱ་སྤྱོད་ཅིང་ཡོད་འདུག །

དེ་ལ་བཞེན་ནས་དེ་རིང་ཁིང་འབྲོག་ས་ཁུལ་གྱི་སྤྱ་གུའི་པ་མ་རྣམས་དང་བསྟེ་སྤྱོད་ཁུང་བརྒྱས་ཤིག་ལྟ་བུ།

༡ མིག་སྤང་སློབ་གུའི་ནང་དུ་སློབ་བྱིད་གཙོ་བོ་རྒྱ་སྤྱོད་ཐོག་ནས་བྱིད་དགོས་པའི་སྤྱི་ཚུལ་ཤིག་སྤྱོད་པས་ཡོད་སྟབས། བྱིས་བདག་འགའ་ཞིག་གིས་རང་གི་སྤྱ་གུ་བོད་ཡིག་དང་བོད་སྐད་མི་ཤེས་པར་ཆགས་པའི་ཉེན་ཁ་འབྱུང་པའི་སེམས་འབྲལ་དང་སྤྱོད་སྤྱོད་ཤིག་ཆགས་ཡོད་པ་རེད། དེ་ལ་ང་རང་གིས་བསམ་ཚུལ་ཙམ་ཞིག་ལྟས་ན། སློབ་གུའི་ནང་དུ་སློབ་བྱིད་གཙོ་བོ་རྒྱ་སྤྱོད་ཀྱིས་བྱེད་དགོས་པ་དེ་སྤྱི་ཚུལ་རེད། སྤྱི་ཚུལ་ཟེར་བ་བསྟེ་སྤྱོད་བྱེད་ཡས་ཤིག་མ་རེད། ཁོང་རིམ་གྱིས་གཏན་འབེབས་བྱས་པ་ལྟར་ལག་ལེན་བྱ་དགོས་པ་ལས་དེ་འགྲིག་དང་མི་འགྲིག་ཟེར་ས་ཞིག་མེད་པ་སུས་ཀྱང་ཤེས་སྟེ།

༢ བཞེན་སློབ་གསོ་ལ་སློབ་གུའི་སློབ་གསོ་དང་པ་མའི་སློབ་གསོ་སྟེ་རིགས་གཉིས་བསྐྱེད་ནས་ལག་བརྟུར་བྱེད་ཅིང་ཡོད་རེད། དེ་བཞེན་ང་ཚོ་སློབ་གུ་ཆེ་འབྲིང་རྒྱུ་གསུམ་གྱི་ནང་དུ་རྒྱལ་ཁབ་གྱི་བཀའ་ལྟར་རྒྱ་ཡིག་རྒྱ་སྤྱོད་ཡག་པོ་ཞིག་བསྐྱེད་ན་པན་པ་མ་གཏོགས་གཞོན་པ་གང་ཡང་ཡོད་མ་རེད།

དེར་དུས་ལས་ཀ་ཞིག་བཅོལ་དགོས་ན་རྒྱ་ཡིག་རྒྱ་སྤྱོད་ཡག་པོ་མེད་ན་ལས་ཀ་རག་གི་ཡོད་མ་རེད། དེ་དངོས་ཡོད་གནས་ཚུལ་རེད། དེ་བཞེན་དུ་ཆོན་རིག་དང་རྒྱས་སྐབས་འདིར་དབྱིན་རི་ཡག་པོ་ཤེས་ན་པན་ཐོགས་ཆེན་པོ་

ཡོད་རེད། དེས་ན་སློབ་གྲུའི་ནང་དུ་རྒྱ་ཡིག་རྒྱ་སྐད་དང་། དབྱིན་ཇི་སྐད་ས་
ཁྱི་རྒྱལ་གྱི་སྐད་ཡིག་ལ་འབད་བཅོམ་བྱས་ནས་མི་དེ་སྒར་ལས་མཐོང་རྒྱ་ཆེ་
བ། རིག་པ་གྲུང་བ། བསམ་སློ་མང་པོ་རྙེད་པ་སྐད་ས་མི་འཛོན་ཐང་དང་
ལུན་པ་ཡོང་གི་རེད། དེ་ལ་ཕ་མས་རྒྱབ་སྐྱོར་བྱེད། རང་གིས་འབད་བཅོམ་
བྱ་དགོས་པ་ཞིག་རེད། འབད་བཅོམ་མ་བྱས་ན་པེ་ཅིང་སློབ་གྲུ་ཆེན་མོ་
དང་། ཆིང་དུ་སློབ་གྲུ་ཆེན་མོ་ནམས་ཀྱི་ནང་དུ་སྤྱི་ལ་ནའང་ཕན་ཐོགས་ཆེན་
པོ་ཡོང་མ་རེད། སློབ་གྲུ་ནས་ཐོན་དུས་ལག་བྱེད་རག་ཅམ་ཞིག་དང་ཡང་ན་
འབད་བཅོམ་མ་བྱས་ན་ལག་བྱེད་ཡང་མ་རག་པ་ཡོང་གི་དུ། རང་གིས་འབད་
བཅོམ་བྱས་ན་སློབ་གྲུ་སྐད་གྲགས་ཆེན་པོ་མིན་ནའང་ས་གནས་ཀྱི་སློབ་གྲུ་
ཆེན་མོ་དེ་དག་གི་ནང་ནས་ཀྱང་མི་སྐད་གྲགས་ཅན་དང་འཛོན་ཐང་ཅན་
སྤྱེས་གི་དུ། དཔེར་ན། ཆིང་མས་ཤེས་གསལ་ལྟར། འཛམ་གླིང་ན་སྐད་གྲགས་
ཅན་ཨ་མི་རི་ཀའི་མཁས་པ་ཨེ་ཏིས་སོན་དང་། ཆོབ་རྒྱ་སི་ཟེར་བ་དེ་དག་
རྒྱུ་དུས་དབུལ་པོ་ཆ་རྒྱུན་མེད་པས་སློབ་གྲུ་ཆེན་མོའི་ནང་ལ་ཞུགས་མ་ཐུབ་
པ་རེད། འོན་ཀྱང་རང་གིས་འབད་བཅོམ་བྱས་ཏེ་དེ་དུས་འཛམ་གླིང་ན་
སྐད་གྲགས་ཅན་གྱི་ཆེན་རིག་ལག་རྩལ་མཁས་པ་ཆེན་པོ་ཆགས་ཡོད་པ་རེད།
༡ ད་ལྟ་དམིགས་བསལ་དུ་བོད་སྐད་བོད་ཡིག་ལ་འབད་བཅོམ་བྱེད་ས་དེ་
བྱིམ་གྱི་སློབ་གསོ་དང་། དགོ་ཆུན་གཙོ་བོ་ཕ་མས་འགན་ཁུར་དགོས་པ་དེ་
གལ་ཆེན་པོ་རེད། བྱིད་རང་ཆོ་བོད་ཡིག་བོད་སྐད་ལ་ཤ་ཞེན་ཡོད་ན་བྱིམ་
ཆིང་གི་སློབ་གསོ་དེ་གཙོ་བོ་བོད་སྐད་དང་བོད་ཡིག་བྱས་ན་འགྲིག་གི་རེད།
ཕ་མས་བྱ་བཅོལ་ཁང་ནས་འགོ་བཙུགས་ཤིང་སློབ་གྲུ་རྒྱུང་འབྱིང་ཐམས་ཅད་
གྱི་སྐབས་ཀྱི་བྱིམ་དུ་བོད་སྐད་དང་བོད་ཡིག་ལ་ཤུགས་རྒྱུབ་བཙུག་དགོས་པ་
ཞིག་རེད། བོད་ཀྱི་སྐད་ཡིག་ལ་ཤུགས་རྒྱུབ་དགོས་པའི་རྒྱ་མཚན་གཙོ་བོར་
རང་གི་ཨ་ཁྱི་དང་། ཨ་ཁྱི་ནམས་དང་སེམས་གཏིང་གི་སྐད་ཆ་བཤད་རིས་
བྱེད་ཐུབ་པ། ཕན་ཚུན་གོ་བརྟ་ལགས་པ་འཕྲོད་ཐུབ་པ། རང་མི་རིགས་ཀྱི་ལོ་
རྒྱུས་དང་། སློབ་རྒྱུན་རིག་གནས། དུལ་སློབ་གོམས་གཤེས་སྐད་ས་ཕ་མའི་

ངག་དང་ཡིག་ཚང་སོགས་ལས་ཤེས་ཐུབ་པ་བྱ་རྒྱུ་དེ་རེད། བོད་སྐད་བོད་
 ཡིག་གི་རྒྱས་པ་གཙོ་བོ་རང་གི་མེས་པོ་རྒྱལ་སྤང་གཏམ་བཤོ་སྤྱོད་བྱེད་
 ཐུབ་པ། གནའ་བོ་བོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་དང་རིག་གནས་མདོར་བསྟུས་པ་ཞིག་ཤེས་
 ཐུབ་པའི་རྒྱས་པ་དེ་རེད། སློབ་གྲུའི་ནང་དུ་རྒྱ་ཡིག་རྒྱ་སྐད། དབྱིན་ཡིག་
 དང་དབྱིན་སྐད་ལ་འབད་བཅོམ་བྱེད་ཅིང་དེ་ལ་བརྟེན་ནས་སྤྱིད་འབྱོར་རིག་
 གསུམ། ཚན་རིག་ཤེས་བྱ་སོགས་འཛམ་སྤྱིར་གི་སྡོན་མོན་རིག་གནས་ཐམས་
 ཅད་ཤེས་ཐུབ་པ་དང་། འཛོན་ཐང་གི་རྒྱས་པ་རྩལ་བརྟོན་པའི་ཐབས་ཤེས་
 རྒྱུར་རྒྱུ་དེ་རེད། མདོར་ན། བོད་ཀྱི་སྐད་ཡིག་ལ་ག་ཞེན་ཡོད་ན་རང་གིས་
 རྒྱུར་སློབ་དང་དར་སྤེལ་བྱ་ཆོག་རེད། རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་སྤྱིད་རྒྱས་ལ་ལག་ལེན་
 བྱེད་དང་མི་བྱེད་སྒྲུས་ཀྱང་བཤོ་སྤྱོད་བྱེད་ཐབས་མེད་པ་རེད། གང་ལྟར་དེ་
 ལག་ལེན་བྱ་དགོས་པ་ཞིག་རེད། དེ་ལ་བསྐྱར་བཀོད་བྱ་བའི་བསམ་འཆར་
 བརྟོན་པ་ནི་ཁྱུག་པ། རྒྱན་པོ། འཇར་པོ་ཟེར་བ་དེ་རེད། གནམ་ལ་སྐས་
 བཅུགས་ནས་འགྲོ་བཞིན་ཡོད་ཟེར་བ་དང་དོན་གཅིག།

རང་གིས་མཐུན་སྦྲེན་མ་བྱས་ན་དཔེར་ན། བོད་དུ་ཆོས་སྤྱིད་བྱུང་
 འབྲེལ་གྱི་དབང་བསྐྱར་བྱས་ཏེ་མི་ལོ་བདུན་བརྒྱ་ཅམ་ལ་སློབ་གྲྭ་གཅིག་ཀྱང་
 བཅུགས་མེད་པས་བོད་རིགས་མི་སེར་དཀྱུས་མའི་ནང་དུ་བརྒྱ་ཆ་གོ་ལྷ་ཡན་
 དེ་ཡིག་ཚོངས་རེད། འོན་ཀྱང་མི་ཚང་མས་བོད་སྐད་བཤད་ཅིང་ཡོད་སྟབས་
 བོད་སྐད་མི་ཤེས་མཁན་བྱུང་ཡོད་མ་རེད། ད་སྐབས་སློབ་གྲུའི་ནང་དུ་རྒྱ་
 ཡིག་རྒྱ་སྐད་དང་། དབྱིན་ཇི་སོགས་ལ་སློབ་སྦྱོང་གི་གོ་སྐབས་ལག་པོ་ཞིག་
 ཡོད་ན་གོ་སྐབས་དེ་དམ་འཛོན་བྱེད་ཅིང་སློབ་སྦྱོང་བྱས་ན་སྤྱིད་འབྱོར་རིག་
 གསུམ་ཅི་གང་ཐད་ནས་མི་ཡོན་ཏན་ཅན་དང་། འཛོན་ཐང་ཅན་རྗེ་མང་
 ཡོང་གི་རེད། དེའི་ཐོག་དུ་ཕ་མས་བོད་ཡིག་དང་བོད་སྐད་ཀྱི་ཐོག་དུ་གོ་བརྟ་
 ལག་པོ་ཞིག་སྤྱད་ན་རང་གི་མི་རིགས་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་དང་། རྒྱན་མོང་མ་ཡིན་
 པའི་རིག་གནས་གང་ཡིན་ཤེས་ཤིང་། མི་རིགས་དང་རིག་གནས་ལ་དགའ་
 ཞེན་ཅན་ཞིག་ཆགས་ཡོང་གི་རེད། དེས་ན་སློབ་གྲུའི་སློབ་གསོ་དང་། བྱིས་

ཚར་གི་སློབ་གསེབ་རྒྱུ་ལ་བྱིས་ནས་མི་གསར་པ་གསེབ་སྤྱིར་བཏུ་བའི་རྒྱལ་ལ་
བབས་ཡོད་པ་རེད།

༤ བྱིས་ཚར་སློབ་གསེབ་ལ་བརྟེན་ནས་ཐོད་སྐད་ཐོད་ཡིག་རྒྱན་སྤྱིར་བཏུ་བའི་
དཔེར་མཚན་འགའ་ཞིག བྱི་བཏར་ཐོད་རིགས་རྣམ་པར་ཐོད་ཀྱི་སྐད་ཡིག་
གི་ལ་རྒྱ་དང་། དགོས་པ་བཤད་མཁན་མང་པོ་ཡོད་རེད། འོན་ཀྱང་དོན་
དངོས་རང་གི་ཁི་ཕན་དང་ཐུག་རྒྱལ་ལ་རྒྱ་ཡོད་མཁན་ཉ་ལམ་མཐོང་མ་
སྤྱིར་། ཐོད་ཡིག་མཁས་པའི་བྱ་རྒྱུ་རྣམས་ཐོད་ཡིག་སྤྱིར་མཁན་མེད་པ་
དང་། ཐོད་སྒྲན་མཁས་པའི་བྱ་རྒྱུ་རྣམས་ཐོད་སྒྲན་སྤྱིར་མཁན་ཡོད་མ་
རེད། རྒྱ་མཚན་ནི་རྒྱ་ཡིག་རྒྱ་སྐད་སྤྱིར་མཁན་ལ་ཁི་ཕན་དེ་ལས་ཆེ་བ་ཡོད་
པས་རེད། དོན་དངོས་ཐོད་ཀྱི་སྐད་ཡིག་གི་ལ་རྒྱ་སྤྱིར་མཁན་དང་པོ་འབའ་
པ་བཀྲ་ཤིས་ཆེ་རིང་རེད། དཔེར་ན། རིག་གནས་གསར་བརྗེ་ཆེན་པོའི་
སྐབས་སུ་སྤྱི་ཁོར་ཡུག་གི་ནང་དུ་ཐོད་ཀྱི་སྐད་ཡིག་སློབ་སྤྱིར་བཏུ་བའི་སློབ་
ཤུ་དང་མཐུན་རྒྱུན་གཉིས་ཀྱི་ཡོད་མ་རེད། ནང་གི་ཁོར་ཡུག་ནང་དུ་དར་ཆེ་
མདོ་ལ་དེར་རྒྱལ་ཐོད་རིགས་ལོ་རྒྱུག་རྒྱ་ཡས་མས་དེ་ཆོས་ཐོད་སྐད་ཙམ་
ཡང་མི་ཤེས་པའི་ཁོར་ཡུག་ཅིག་ཆགས་ཆར་པ་རེད། ཁོར་ཡུག་དེ་འདྲ་ཞིག་
གི་ནང་དུ་འབའ་པ་བཀྲ་ཤིས་ཆེ་རིང་ཟེར་བ། སེ་ཁྱོན་ཞིང་ཆེན་ཐོད་ཡིག་
སློབ་ཤུ་འཇུགས་མཁན། རྗེས་སུ་སེ་ཁྱོན་ཞིང་ཆེན་མི་དམངས་འཐུས་མི་
ཚོགས་ཆེན་གྱི་ཚོགས་གཙོ་གཞིན་པའི་གོ་གནས་ཐོག་ངལ་བལོ་གནང་བ་རེད།
ཁོང་ལ་བྱ་བུ་མོ་གསུམ་ཡོད་པ་ཐམས་ཅད་སྤྱི་ལ་རྒྱན་ལྟན་གྱི་སློབ་ཤུའི་ནང་
དུ་རྒྱ་ཡིག་རྒྱ་སྐད་སློབ་སྤྱིར་བཏུ་བ། བྱིས་ནང་དུ་སློབས་རྒྱལ་ཐོད་སྐད་དང་
ཐོད་ཡིག་བསྐྱབས་པས་རྗེས་སུ་ཀྱང་གཏི་མྱིད་རྒྱལ་ལ་འགྱུར་ལྟོག་ཡོང་རྗེས་
ཁོའི་སྤྱ་བྱ་གསུམ་ཀར་ཐོད་ཡིག་དང་ཐོད་སྐད་གྱི་ལས་ཀ་བྱེད་ཐུབ་མཁན་
ཆགས་ཡོད་པ་རེད། ཐོད་ཡིག་ཐོད་སྐད་གྱི་རྒྱན་རི་རྩར་བསྐྱུང་དགོས་པ་
གཙོ་བོ་ཕ་མ་ལ་རགས་ལས་ཡོད་པ་ཞིག་རེད།

དཔེར་གཉིས་པ་དེ། ཨ་མདོ་ཆེ་རིང་ཐར་རེད། སྤྱི་ལོ་༡༩༩༠ལོ་ཙམ་ན་ཁོ་

རང་བཟའ་མི་གཉིས་ཀ་ཤི་ཅིང་ལ་ལས་ཀ་ཡོང་བ་རེད། ལུ་མོ་ཡང་ཤི་ཅིང་སློབ་འབྲིང་ནང་དུ་སློབ་སྦྱོང་བྱེད་པའི་སྐབས་དེར་ལུ་མོ་ཏ་ལམ་བོད་སྐད་མི་ཤེས་མཁན་ཆགས་གྲབས་སྐབས་སུ། ལུ་མོ་ཕྱིར་མཆོ་སྟོན་གྲོང་གསེབ་དུ་བོད་ཀྱི་སྐད་ཡིག་གི་སློབ་ཆན་ཡོད་པའི་སློབ་གྲུའི་ནང་དུ་སྐྱེལ་ནས་བོད་ཡིག་ཆེ་ལས་སྦྱོང་བཅུག་པ་རེད། རྗེས་སུ་མཆོ་སྟོན་ནས་ཀྱང་དབྱང་མི་རིགས་སློབ་གྲྭ་ཆེན་མོའི་བོད་ཀྱི་སྐད་ཡིག་ཆན་ཁག་དུ་ཡིག་ཆ་དེ་ལོན་ནས་སློབ་གྲྭ་ཆེན་མོ་འདོན་སར་ཡོང་བ་རེད། དེ་ནས་བོད་ཡིག་ཆེད་སྦྱོང་གི་རབ་འབྲམས་པ་དང་། བོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་འབྲམ་རམས་པ། འབྲམ་རམས་གོང་མ་བཅས་མཐར་ཐུན་ནས་ད་ལྟ་ཀྱང་དབྱང་མི་རིགས་སློབ་གྲྭ་ཆེན་མོའི་ནང་གི་དགེ་ཆན་ཆགས་ཡོད།

དཔེར་གསུམ་པ་དེ། ཁམས་པ་ཟླ་བ་རེད། ཁོང་ནི་ཕ་ཡུལ་ཕྱག་ཤིང་ནས་ཡིན་ཞིང་། ད་ལྟ་ཁམས་པའི་བརྟན་འཁྲིན་ལས་ཁྲུངས་ནང་དུ་ཕྱག་ལས་གནང་བཞིན་པ་རེད། ཁོང་གི་ལུ་མོ་ཁྲིན་དུ་ནས་སློབ་གྲྭ་རྒྱུང་འབྲིང་གི་སྐབས་སུ་ཕལ་ཆེར་བོད་སྐད་མི་ཤེས་པ་ཆགས་གྲབས་སྐབས་སུ་རང་གི་ཕ་ཡུལ་དུ་སྐྱེལ་ཞིང་བོད་སྐད་བོད་ཡིག་སྦྱོང་བཅུག་པ་རེད། བོད་ཀྱི་སྐད་ཡིག་གི་རྒྱ་དགེ་བརྟན་པོ་ཆགས་པ་དང་སྤྱོད་ཀྱི་ཁྲིད་ནས་མཐོ་རིམ་སློབ་འབྲིང་འདོན་རྒྱུའི་མཐུན་ཁྲིན་ཡོད་ཅིང་། ད་ལྟ་སུམ་ཆགས་ཙུང་བ་དང་། ལེགས་བཤད་ལྟོན་དབང་ལོགས་སློ་འཛིན་བྱེད་ཐུབ་པ་བྱུང་འདུག

དཔེར་བཞི་པ་དེ། ཤི་ཅིང་སྤྱི་ཚོགས་ཆན་རིག་ཁང་ལ་འཇམ་དབྱངས་ཆོས་ཟེར་བ་ཞིག་ཡོད་རེད། ལུ་མོ་ཤི་ཅིང་ནས་འཆར་ཡོང་བྱུང་བ་ཡིན་སྟབས། རྒྱ་ཡིག་རྒྱ་སྐད་མ་གཏོགས་སློབ་སྦྱོང་བྱ་རྒྱ་མེད་པ་རེད། འོན་ཀྱང་མོ་རང་གི་ཁྱིམ་ནང་དུ་བོད་སྐད་མ་གཏོགས་ཙུང་བ་ནས་མི་བཤད་སྟབས། ལུ་མོ་སློབ་རྒྱུང་སྐབས་ནས་བོད་སྐད་བྱང་མ་ཆགས་པ་མ་ཟད། རྒྱ་ཡིག་གི་བྱིས་པའི་རྒྱུང་ལ་བལྟ་ནས་བོད་སྐད་ཐོག་དུ་མོ་རང་གི་ཨ་མ་ལ་རྒྱུང་བཤད་ཐུབ་པ་ཞིག་བྱུང་ཡོད་འདུག །དེ་ལྟར་ངའི་མི་ཆོ་ནང་དུ་རང་གི་བྱ་རྒྱུད་ལ་རང་གི་

སྐད་ཡིག་འབད་བཅོན་བྱེད་བརྒྱུ་མཁན་གྱི་བྱིས་ཚང་བཞི་མཐོང་བྱུང་།
 མིག་སྒར་སྐད་ཡིག་སློབ་གསལ་གནས་ཚུལ་འདི་རྟོག་དྲ་ཆེན་པོ་ཞིག་མ་རེད།
 སློབ་གྲུའི་ནང་དུ་བོད་ཀྱི་སྐད་ཡིག་སྦྱོང་ས་ལ་སླེབས་ཟིན་ནའང་། བ་མ་ཚས་
 རྒན་ལགས། ངའི་སྤྱ་གུ་འདི་བོད་ཡིག་ཡག་པོ་ཡོད་མ་རེད། རྒྱ་ཡིག་སྦྱོང་ས་
 ཞིག་ལ་སློབ་གནས་བསྐྱར་རོགས་ཟེར་མཁན་བྱིས་བདག་མང་པོ་སྤྱག་སྦྱོང་།
 ཁོ་ཚོ་བོད་ཡིག་ཡག་པོ་ཡོད་པས་བོད་ཡིག་ཚན་ཁག་དུ་སླེབས་པ་རེད། ཁོ་
 ཚོའི་རྒྱ་ཡིག་གི་ཚུ་ཚོད་དེས་རྒྱ་ཡིག་ཆེད་སྦྱོང་འཛིན་གྲུའི་ནང་སླེབས་སྟབས་
 མེད་པ་རེད། འོན་ཀྱང་རྗེས་སུ་སློབ་གྲུ་ནས་ཐོན་རྗེས་རྒྱ་ཡིག་ཡག་པོ་བྱུང་ན་
 ལས་ཀ་རྟེན་སྤྱ་བས་རེད། ཁ་ཐོག་ནས་བོད་ཀྱི་སྐད་ཡིག་གི་ལ་རྒྱ་བཤད་
 མཁན་པ་དེ་ཚོ་རྩུན་མ་རེད། ད་ལྟ་བེད་དུ་འོང་ལ་ཁམས་པ་རྒྱ་བའི་སྤྱ་གུ་
 མ་གཏོགས་པའི་བོད་ཡིག་ཤེས་མཁན་བོད་ཀྱི་སྤྱ་གུ་སྤྱ་ཡོད་འདུག་ཚང་མས་
 གཟིགས་དང་ཤེས་སྤྱ།



ཁམས་པ་རྒྱ་བའི་བཟའ་མི་རྣམ་གསུམ་གྱི་སྤྱ་པར།

དགོན་པ་ལས་བྱུང་བའི་གནོད་འཚེ།

2020.11.13

མིག་སྒར་བོད་གྱི་ཡུལ་དུ་སྒར་བཀས་བཀོད་རྒྱན་འཛིན་གྱི་བསམ་སློབ་རྒྱག་རྒྱན་གཙང་མེལ་བྱུང་མ་ཐུབ་པའི་རྗེས་ཤུལ་ལྟ་བུ། རང་དང་རང་གི་རིགས་རྒྱུད་ཕྱི་མ་ནམས་ལ་མཐོང་ཚུང་ལྟ་བུ་ཞིག་གིས་སྐྱེ་དག་དང་གཏུང་སྲས་ཟེར་བ་དེ་དག་ལ་ཆ་རྒྱུན་གང་ཡང་མེད་པའི་སྒྲོ་ནས་དད་གུས་བྱེད་སློལ་ད་རུང་གང་ལ་གང་འཚམས་གནས་ཡོད་པ་རེད།

༡ གཏུང་རིགས་དང་གཏུང་སྲས་ཟེར་བ་དེ་ནམས་ལ་དད་པ་བྱེད་པ་ནི་རང་གི་བྱ་རྒྱུད་ལ་མཐོང་ཚུང་གི་བྱ་བ་ཞིག་རེད། དེར་དུས་མི་ཐམས་ཅད་གྱི་བསམ་སློབ་ནང་དུ་འདྲ་མཉམ་གྱི་ལྟ་བ་དར་བྱུང་འགྲོ་བཞིན་པའི་སྐབས་རེད། འདི་ནི་མི་ཐམས་ཅད་ཤ་ཁྲག་རྩས་གྱི་ངོས་ནས་མིའི་རིན་ཐང་དང་། ཐོབ་ཐང་འདྲ་མཉམ་རེད་ཟེར་བའི་དོན་རེད། དཔལ་འབྱོར་དང་། རིག་གནས་སོགས་ལ་སློབ་མཐུན་རྒྱུན་ལ་བརྟེན་ནས་འདྲ་མཉམ་མ་ཡིན་པ་ནི་ནམ་ཡང་ཡོད་སྲིད་པ་རེད། འོན་ཀྱང་དེ་ནི་རྒྱག་པ་དང་བརྟེན་པའི་འདྲ་མཉམ་མ་ཡིན་པ་ཞིག་མ་རེད། མི་རབས་སོ་སོའི་རང་རང་གི་འཛིན་ཐང་ལ་བརྟེན་ནས་མི་རབས་འདིར་སྐྱག་པོ་དང་། བཀས་པ་དེ་དག་མི་རབས་རྗེས་མའི་སྐབས་སུ་དབུལ་པོ་དང་། རྒྱན་པོ་ཆགས་ནས་འཁྱུར་སྡོག་བཞིན་ཡོད་པ་ནི་ཆོས་ཉིད་ཅིག་རེད། དེར་དུས་འཛམ་བུ་གླིང་གི་ཡུལ་ཐམས་ཅད་ལ་བཀས་བཀོད་རྒྱན་འཛིན་གྱི་ལུགས་སློལ་རྩ་མེད་འགྲོ་ཆར་བ་རེད། དེས་ན་དཔལ་འབྱོར་དང་ཡོན་ཏན་གྱི་འཁྱུར་བ་དེ་མི་རབས་སོ་སོ་དང་། ཆོ་སྟོད་སྦྱང་ཅམ་ལའང་འཁྱུར་བ་འགྲོ་སྲིད་པ་རེད། དཔེར་ན། ད་ལྟའི་མི་རབས་འདིར་ཁྱོད་སྡེ་དཔོན་དང་། རྫོང་དཔོན་ལྟ་བུ་ཞིག་ཡིན་ཞིང་། ང་སྡེ་འབངས་ཕལ་པ་

ཉམས་ཚུང་ཞིག་ཡིན་ན་ཁྱོད་དཔལ་འབྱོར་དང་རིག་གནས་གང་ཅི་ཐད་ནས་
 ང་ལས་ཚད་མཐོ་བ་ཞིག་རེད། འོན་ཀྱང་མི་རབས་རྗེས་མར་ངའི་བྱ་རྒྱུ་
 དཔོན་དང་། ཁྱོད་རང་གི་བྱ་དེ་ལས་ཀ་མེད་པའི་མི་འབྱམ་ཞིག་ཆགས་སྤྱིང་
 པ་རེད། དེ་ལ་དཔལ་འབྱོར་དང་རིག་གནས་ཀྱི་ཐོབ་ཐང་འདྲ་མཉམ་བྱེད།
 འོན་ཀྱང་སྤྱི་དྲག་དང་། གཏུང་སྤྱོད་བྱེད་པ་དེ་དག་ལ་ཆ་རྒྱུན་གང་ཡང་མེད་
 པའི་སྒོ་ནས་འདྲ་མཉམ་མིན་པའི་གྲས་ཞབས་བྱེད་པ་ནི་རང་གིས་རང་ལ་
 མཐོང་ཚུང་དང་། རང་གི་བྱ་རྒྱུ་ལ་འང་མཐོང་ཚུང་གི་སྒྲིན་པོའི་བྱ་སྤྱོད་ཅིག་
 རེད། མི་རབས་ནས་མི་རབས་བརྒྱུད་དེ་ཁོ་ཚོ་ལ་འདྲ་མཉམ་མ་ཡིན་པའི་
 གྲས་བཀྱར་བྱེད་པ་དེ་བཀས་བཀོད་རྒྱུ་འཛིན་གྱི་བསམ་སྒོ་རེད། དེས་ན་
 རང་གི་རིགས་རྒྱུད་ལ་མཐོང་ཚུང་མི་བྱ་བའི་ཆེད་དུ་སྤྱི་དྲག་དང་གཏུང་རྒྱུད་
 བྱེད་པའི་བཀས་བཀོད་རྒྱུ་འཛིན་གྱི་མིང་དང་བསམ་སྒོ་དེ་དག་གད་སྤྲིགས་
 བྱང་དུ་དབྱུགས་འོས། །

༩ ཚོས་ལྷགས་ནི་སྤྱི་མ་ཁྲམ་པ་ཚོའི་རང་གི་མི་དམངས་ལ་དབང་བསྐྱར་གྱི་
 ལག་ཆས་ཞིག་ཆགས་ཡོང་ཞིང་འདུག །དེར་དུས་སྤྱི་མ་དཔོན་པ་བྱེད་པ་དེ་
 མི་དམངས་ཀྱི་ཁྱུར་པོ་ཞིག་རེད་ཟེར། འདིར་དཔེ་བཅོལ་ས་གཙུག་པོ་ངའི་ས་
 ལུ་ལྷེ་དཔེའི་ལུང་པའི་མི་མེར་དེ་དག་གིས་གང་བཤད་པ་དེ་ངས་འདིར་
 ཡང་བཤད་ཅིག་ཡིན། ང་རང་རྒྱ་ནག་ལ་བསྐྱེད་ཡོད་སྐབས་པོད་ཀྱི་དཔོན་
 པ་དང་འབྲེལ་བ་མེད་ལ། དཔོན་པོའི་ནང་གི་ལས་ཀ་གང་བྱེད་པར་རྒྱས་
 མེད། རྒྱ་མར་རིག་གནས་གསར་བརྗེ་ལ་སོགས་པའི་སྐབས་སུ་ང་ཚོས་རྒྱལ་
 ཁབ་ལ་ཁལ་རིགས་མང་པོ་སྤྱད་དགོས་རེད། དེར་སྐབས་རྒྱལ་ཁབ་ལ་ཁལ་
 འབྲལ་མི་དགོས་པ་མ་ཟད། སྤྱི་ལ་ལམ་བཟོ། བྱང་ལ་རྒྱ་བྱིད། རྒྱང་པོ་ལ་
 རྒྱུད་གནས་ཁང་པ་བཟོ། མི་དམངས་ཡོངས་ལ་དབུལ་སྒྲོལ་དང་། ལྷག་སྒྲོལ།
 གྱུད་སྒྲོལ། རྒྱན་རིན་སོགས་གནང་སྤྱིན་མཛད་ནས་མདོར་ན་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱིས་
 མི་མེར་གསོ་ཞིང་འདུག །

དཔོན་པ་བྱེད་པ་སྤང་རིག་གནས་གསར་བརྗེའི་སྐབས་སུ་མེད་པར་ཆགས་

པ་རེད། བཙུམ་བསྐྱར་སྒོ་འབྱེད་རྗེས་སུ་མི་དམངས་ལ་ཚོས་གྱི་བྱེད་སྒོ་སྤེལ་
ས་དགོན་པ་ཞིག་དགོས་ཞིང་ཡོད་པ་རེད། དེས་ན་མི་དམངས་ཚང་མས་
འབད་བཙོན་བྱས། འགྲོ་སྐོང་བཏང་ནས་དགོན་པ་ཞིག་གསོས་དང་། བསྐྱར་
བཞེངས་བྱས་པ་རེད། དགོན་པ་དགོས་ས་མི་དམངས་རེད། དགོན་པ་བཟོ་
མཁན་ཡང་མི་དམངས་རེད། དགོན་པ་ཡོངས་སུ་གྱུབ་པ་དང་གྲུ་པ་གསར་
པ་ཁ་ཤས་བྱས། ཁོ་རང་ཚོ་མ་སྐྱལ་དང་སྐྱེལ་གྱིས་དགོན་པ་འི་ནང་དུ་
བསྐྱེད་ནས་མི་དམངས་ལ་ཚོས་གྱི་བྱེད་སྒོ་སྤེལ་བའི་ཞབས་ཞུས་པ་ཞིག་དང་
སྐྱེལ་བྱས་པ་རེད། ད་ནི་གྲུ་པ་རྗེ་མང་གྱུར། དགོན་བདག་ཁོ་རང་ཚོས་
བྱེད་ཅིང་། དགོན་པ་ནི་ལས་ཁུངས་ལྟ་བུ་ཞིག་ཆགས། སྐྱེལ་འི་ནང་ལ་ཐོབ་
ཐང་རིམ་པ་མང་པོ་ཞིག་དབྱེ་ཞིང་། བཀས་བཀོད་རྒྱུ་འདྲིལ་གྱི་བསམ་སྒྲིལ་
དུག་རྩའི་ལྗང་བྱ་གསར་པ་ཞིག་སྐྱེས་ནས། སྐྱེལ་འི་མི་དམངས་ལ་ལས་
ཀའི་ཁལ་བཀོལ། སྤྱི་པ་བསྐྱོས་ནས་དབྱེལ་བསྐྱེད་མང་པོའི་ལས་འགན་སྤྲད་
ཅིང་འདུག་ཟེར། སྤྱི་པ་ཟེར་བ་དེ་ཚོར་པ་ལ་ཟེར། ཚོར་གི་ཁི་བསྐྱེད་ལ་
བཞེན་ནས་དགོན་པ་འི་ཚོགས་སྒོ་བཅུགས་དགོས་པ་རེད། དེ་ཡང་མ་ཁིའི་སྤྱི་
པ། སི་དུའི་སྤྱི་པ། དུག་རྩའི་སྤྱི་པ། དབྱར་གནས་གྱི་སྤྱི་པ་བཅས་གྱི་ལས་
འགན་སྤྲད། སྤྱི་པ་སོ་སོས་དགོན་པ་ས་ནས་སྒྲོར་བྲི་བཅུ་དང་། བཙོ་ལྷ། ཉི་
ཤུ་ལྟ་བུ་རེ་ལེན་དགོས། ལོ་གཅིག་གི་རྗེས་སུ་ཚོར་ལ་ཁེ་ཚོར་ཡོད་མེད་ལ་མ་
སྒྲོས་པ་ཁོ་རང་ཚོས་གཏན་འབེབས་བྱས་པའི་ལྷ་བ་ལོག་ཅམ་གང་ཡིན་པ་དེ་
སྤྲད་དགོས་པ་རེད། ཚོར་པ་ཕལ་ཆེར་གྱིས་དུས་ཐོག་དུ་དབྱེལ་བསྐྱེད་མི་
འཕྲོད་ནས་དབྱར་རྩ་དགུན་འབུ་ཕམ་ཚོར་བྱེད། གཡག་དང་འབྲི་བཙོང་ནས་
དགོན་པ་ལ་དབྱེལ་བྱན་འཇལ་དགོས་བྱུང་སོང་ཟེར། མི་ཞིག་གིས་ཟེར་བར།
ཁོ་རང་ལ་དགོན་པས་སྤྱི་པའི་འགན་སྤྲད་བྱུང་ཟེར། སྒྲོར་བྲིས་ནས་ཚོར་ལ་
སོང་ན་ལོ་རྗེས་མ་དུས་ཐོག་དུ་སྤྲད་མ་ཐུབ་ན། དགོན་པས་ཆད་པ་ཡོད་པ་
མ་ཟད། མི་མང་གི་མདུན་དུ་དམའ་འབེབས་བྱེད་ཅིང་བྲིམ་ཚང་གི་མི་ཐམས་
ཅད་ལྷལ་དེར་སྤོང་མི་བདེ་བ་བྱེད་ཡོང་གིན་འདུག་ཟེར། དེ་ནས་ཁོས་ད་ལོ་

གཅིག་གིས་སྤྱི་པའི་ཚང་དུ་ལ་དེ་སྒྲོར་གཅིག་དགོན་པ་ནས་མ་སྒྲུངས། དེའི་
 ཁེ་བསྐྱེད་སྒྲོར་བྱི་ཚོ་ག་ཚད་བབས་ཡོད་པ་དེ་འཇལ་པ་ཡིན་ཟེར། དེས་ན་
 དེང་སང་དགོན་པ་ཟེར་བ་དེ་མི་དམངས་ཀྱི་ཁྱུང་པོ་ཆགས་འདུག་དང་མི་
 འདུག་ཁྱོད་ཚོས་འདིར་རྒྱུ་དང་ལས་སྤྱོད་པོས་ཤེས་ཐུག། འདི་ནི་ངའི་ཕ་
 ཡུལ་གྱི་དགོན་པ་ཁ་ཤས་ཤིག་གི་བྱ་སྤྱོད་རེད། དགོན་པ་ཚང་མ་དེ་འདྲ་
 ཡིན་ས་མ་རེད། ཡུལ་གཞན་དག་གི་དགོན་པ་ལ་འང་དེ་འདྲ་ཡིན་སྲིད་བགྱི་
 རེད། དེས་ན་དགོན་པའི་བྱ་སྤྱོད་འདི་དག་གི་པོད་མི་དམངས་ལ་དཀའ་ངལ་
 རི་ཅམ་བྱས་ཡོད། དེང་དུས་ས་གནས་ཁ་ཤས་ཀྱི་དགོན་པ་ཟེར་བ་དེ་མི་
 དམངས་ཀྱི་ཁྱུང་པོ་རེད་དང་མ་རེད་ཚང་མས་བསམ་སྒྲོ་རེ་ཐོངས། །འདི་
 དག་ཚང་མ་ཡུལ་མི་ཚོས་བཤད་བཞག་པ་ཤ་སྟག་རེད། ང་དགོན་པའི་ནང་
 ལ་འགོ་མ་སྤྱོད། ཡུལ་དགོན་གྱི་འབྲེལ་བ་གང་ཡོད་ཙུ་བ་ནས་རྒྱས་མེད།
 དགོན་པ་སྤྱ་གང་ཡིན་པ་ངའི་སྐད་ཆ་འདི་ཉམ་ན་ཏུ་གོ་པ་རེད། ད་ཅུང་སྒྲ་
 མ་ཚོས། ཁྱོད་རང་ཚོ་ཐུབ་བསྟན་ཕུན་ཚོགས་ཀྱིས་བཤད་པའི་སྤྱ་སྤྱམ་དེ་
 དག་མ་ཉོན། དེར་མཉམ་ན་དཔུལ་བ་སྤྱེ་རྒྱུ་རེད། ཟེར་ནས་མི་དམངས་ལ་
 སྒྲོ་བ་གསོ་བྱེད་ཅིང་འདུག་ཟེར། མི་མང་ཆེ་བས་དེང་དུས་ངའི་སྐད་ཆ་ཉོན་
 ཁིང་ཁིབ་འདུག་བྱེད་ཅིང་ཡོད་པར་འདྲ། འགའ་ཞིག་གིས་ཐུབ་བསྟན་ཕུན་
 ཚོགས་ཀྱིས་ཟེར་བ་དེ་བདེན་པ་རེད་འདུག །ཡིན་ནའང་སྤྱ་མས་མ་ཉོན་
 གསུངས་སྟབས་ངས་མང་པོ་ཉོན་ཁིང་མེད་ཟེར་མཁན་ཡང་འདུག་ཟེར།
 གང་ལྟར་ངའི་སྐད་ཆ་མཉམ་ན་ཉིན་ཞིག་མི་དམངས་ཚོས་བདེན་རྒྱུ་གྱི་
 དབྱེ་བ་འབྱེད་ནས་ཁོ་རང་ཚོའི་རྒྱུ་རྒྱུ་བ་བརྗོད་པའི་དོགས་པ་རེད།
 དཀར་མཛེས་ཁུལ་གྱི་དགོན་པ་འགའ་ཞིག་གིས་གནའ་སྤྱ་མོའི་ལུགས་
 སྤུལ་སྤྱེ་མི་སེར་རྩར་ཁུལ་ལེན་རྒྱུ་དེ་རྩ་བ་ནས་བྱེད་ཅིང་མེད། མི་སེར་ཁོ་
 རང་ཚོས་སྤྱ་རིམ་འདོན་ཆས་བྱིར་ཡོང་ན་ལེན་ཁིང་ཡོད་མ་གཏོགས་མི་
 དམངས་ལས་འགན་སྤྱར་ཁིང་མེད། ང་ཚོས་དཔལ་འབྱོར་ཡོང་ཁུངས་གཙོ་
 པོར་ཀྱང་སི་མང་པོ་བཅུགས་ཡོད། མགོན་ཁང་མང་པོ་ཡོད། མི་དམངས་

གྱིས་ལོ་བརྒྱལ་འབྲུལ་བ་མེད་ན་འང་དགོན་པ་དཔལ་འབྱོར་མེད་པའི་སེམས་
ཁལ་རྩ་བ་ནས་མེད། ང་ཚོས་ཡུལ་མི་དབྱུང་པོ་དང་དཀའ་ངལ་ཅན་ལ་
རོགས་པ་བྱེད་ཅིང་ཡོད། དུ་ཕྱག་ནམས་སློབ་སྦྱོང་བྱེད་ས་སློབ་གྲྭ་བཅུགས་
ཡོད། དབྱུང་པོ་ནམས་ལ་སྒྲན་བཟླ་སའི་སྒྲོ་བཞེན་བོད་སྒྲན་ཁང་བཅུགས་
ཡོད། ཟུན་པོ་བདག་མེད་ནམས་ལ་ཆས་གསོ་ཁང་བཅུགས་ནས་རོགས་སྦྱོར་
བྱེད་ཅིང་ཡོད། གསུངས་ཤིང་འདུག །དངོས་གནས་བྱས་ན་ཡི་ཤུའི་དགོན་པ་
ནམས་གྱིས་མི་དམངས་ལ་རོགས་སྦྱོར་ཁོ་ན་བྱེད་ཅིང་ཡོད་རེད། ནང་པའི་ལྷ་
གྲུབ་གྱི་དོན་ནས་བཤད་ན། གཞན་ལ་རོགས་སྦྱོར་བྱེད་རྒྱ་དེ་སངས་རྒྱས་གྱི་
དགོངས་བཞེད་རེད། ད་ལྟ་ང་ཚོ་ཟིལ་ཆུའི་རྒྱུད་གྱི་དགོན་པ་དེ་དག་གྱི་
ཚོགས་རྫིང་པའི་བཀའ་བཀོད་རྒྱན་འཛིན་གྱི་བསམ་སློབ་སྦྱར་གསོ་བྱེད་
མཁན་ལྟ་བུ་ཞིག་ཆགས་ཡོད་འདུག །

༡ དགོན་པའི་ནང་དུ་གྲྭ་རྒྱུ་ཚུང་ཚོ་ལ་རྒྱུ་རྒྱུ་བྱེད་པ་ནི་བཀའ་བཀོད་རྒྱན་
འཛིན་གྱི་བསམ་སློབ་རྫིང་པ་ཞིག་རེད། དེར་དུས་འབྲི་རྒྱ་ཤར་ཅུབ་གྱི་དགོན་
པ་ཁ་ཤས་སྡེ་དགེ་དང་འཛོ་མདའ་ཕྱོགས་གྱི་སླ་མ་དེ་དག་ཅུལ་སྲུངས་ཤུགས་
ཆེན་པོ་ཡོད་ས་རེད། གྲྭ་པ་ཁ་ཤས་གྱི་སྤྲད་འཕྲིན་ནང་དུ་ང་ལ་འབྲེལ་བ་
བྱེད་ཅིང་ཁོ་ཚོ་ལ་རྒྱུ་རྒྱུ་བྱེད་རོགས་ཟེར། རྫིང་རྗེ། གྲྭ་རྒྱུ་དེ་དག་གིས་ང་
ཁོང་ཚོ་ལ་རོགས་པ་བྱེད་ཐུབ་མཁན་ཞིག་རེད་བསམ་བཞིན་འདུག །དགོན་
པའི་ནང་དུ་གྲུལ་རིམ་གྱི་དབྱེ་བ་ཤུགས་ཆེན་པོ་ཡོད་རེད། སླ་མ་དང་།
གཉེར་ཕྱག་སོགས་དཔོན་རིགས་དེ་དག་གིས་དགོན་པའི་ཅ་དངོས་པལ་ཆེར་
སྦྱར་བདག་རེད། ཁོ་རང་ཚོའི་ཉེ་བ་དང་། ཅུང་ཆང་སྟོབས་ཤུགས་ཡོད་
མཁན། དཔོན་པོའི་ཆ་པོ་འདྲ་པོ་ཡིན་ན་དགོན་པའི་ནང་ལ་འང་དམིགས་
བསལ་གྱི་དབང་ཆ་ཡོད། སྤྱི་ལམ་ནན་པོ་བསྟར་མི་དགོས་པ་དང་། དགོན་
པའི་ཅ་ལག་མོ་ཏུ་སོགས་ལ་ཆག་སྟོན་ཤོར་ན་ཉེས་པ་ཡོད་མ་རེད། མི་ཆང་
པལ་པའི་གྲྭ་རྒྱུ་དེ་དག་བསྟན་བསྟོ། བཅན་གཡེལ། ཝོར་འབྲུལ་རྒྱུ་རྒྱ་
ཅམ་ལ་རྒྱུ་རྒྱུ་ཤུགས་ཆེན་པོ་བྱེད་སྟོལ་ཡོད་རེད་ཟེར། སླ་མ་དགོན་པ་དེ་

དག་ལ་ནང་པའི་མཆན་ཉིད་ཅ་བ་ནས་ཆང་མེད་པ་ཞིག་རེད།

༤ སྤྱི་མས་དགེ་བཅུའི་བྱིས་ས་བཅའ་ནས་མི་དམངས་ལ་འཆོ་བར་བྱེད་པ་ནི་
ཀྲུལ་ཁབ་ཀྱི་བྱིས་ས་དང་འགལ་བ་ཞིག་རེད། ཁམས་ཀྱི་སྤྱིགས་སུ་བྱིས་ས་

འགལ་ཀྱི་དགེ་བཅུའི་བྱིས་ས་ཟེར་བ་ཞིག་བཅུགས་ནས་མི་དམངས་ལ་དཀའ་

ངལ་ཆེན་པོ་བསྟན་ཅིང་ཡོད་པ་ཆང་མས་ཤེས་གསལ་ལྟར་རེད། དེའི་གཞོན་

ཤུགས་ཆེ་ས་དེ་སི་ཁྱོན་ཁིང་ཆེན་ཁོངས་སུ་གསེར་ན་གཙོ་བོར་བྱེད། དེ་ནས་

དར་མདོ་རྫོང་དང་། རྟུ་རྫོང་། བྲག་འགོ་རྫོང་། ཉག་རྫོང་རྫོང་། དཔལ་

ཡུལ་རྫོང་། སྤེ་དགེ་རྫོང་། སེར་ཤུལ་རྫོང་བཅས་ཀྱི་ཁོངས་སུ་རེད། ར་པ་

རང་རྫོང་ཁུལ་ཀྱི་རྫོང་ཁག་ཁ་ཤས་ལ་གཞོན་རྫོན་ཡོད་པ་དང་། བོད་རྫོངས་

ཀྱི་ཆབ་མདོ་དང་། མཆོ་རྫོན་ཀྱི་སྤྱི་ཆུ་མདོ། ནང་ཆེན་སྤྱི་གཞོན་རྫོན་

ཐེབས་ཡོད་པ་རེད། ཁོ་རང་ཆོས་གཏན་འབེབས་བྱས་པའི་བྱིས་ས་དེ་དག་

དང་ལེན་མ་བྱས་ན་དགོན་པ་དང་འབྲེལ་བ་བཅད་དགོས་པ་དང་། རོ་རྩར་

ཁྱོད་རྩ་སྤྱིལ་མི་བཅུག་པ། ལྟ་ལོག་དང་དམ་ཉམས་ཀྱི་མིང་འདྲིགས་ཏེ་མི་

གལ་ལ་སྤོང་ཐབས་མེད་པའི་ཐབས་ངན་དེ་འདྲ་བྱེད་ཅིང་། མི་དམངས་ལ་

ལུས་སེམས་གཉིས་ཀྱི་ཐོག་ནས་དཀའ་ངལ་སྤྱི་ཚུགས་བྱས་པ་རེད། བྱིས་ས་

ཟེར་བ་དེ་མི་དམངས་འཕྲས་མི་ཚོགས་ཆེན་བརྒྱད་ནས་གཏན་འབེབས་བྱ་

དགོས་པ་ལས། ཚོགས་པ་དང་མི་སྤེར་སུའང་བྱིས་ས་བཟོ་བའི་དབང་ཆ་མེད།

གལ་སྤྱིད་བྱས་ན་བྱིས་ས་འགལ་རེད།

༥ བྱིས་ས་འགལ་ཀྱི་གཞོན་འཆོ་དང་ལེན་བྱེད་པ་ནི་རྫོངས་པའི་རྟགས་རེད།

བྱིས་ས་འགལ་ཀྱི་སྤྱི་ནས་ཁྱོད་ལ་གཞོན་འཆོ་གཏོང་བ་དེ་དང་ལེན་བྱས་པ་ནི་

ཁྱོད་རང་ཆོ་སྤྱོད་པོ་ཡིན་པའི་རྟགས་རེད། ཁྱོད་ཆོ་སྤྱོད་པོ་ལ་མ་ཉོན་

ན་ལྟ་ལོག་རེད། དམ་ཉམས་རེད་ཟེར་ནས་མི་གལ་ནས་སུད་བཀྱི་རེད་བསམ་

ནས་མི་འདོད་བཞིན་རྩ་དང་ལེན་བྱེད་པ་ནི་ཁྱོད་རང་ཆོའི་ནོར་འཁུལ་རེད།

གནའ་རྩས་སྤྱི་མ་དང་དེང་རྩས་སྤྱི་མ་འདྲ་གི་མ་རེད། གནའ་རྩས་སྤྱི་མ་མང་

ཆེ་བ་དེ་ཡུལ་དེའི་མི་རིགས་པ་གྲུང་ཤོས་དང་། སྤྱི་རིག་བཀྲ་ཤོས་དེ་སྤྱི་མ་བྱས་

ཏེ་ཚོས་གྱི་རིག་གཞུང་ལ་སློབ་སྦྱང་དང་ཉམས་ལེན་བྱས་པས་གྲུབ་འབྲས་
གང་ལ་གང་འཚམས་སྟོན་ཡོད་པ་ཞིག་རེད། དེར་དུས་སླ་མ་མཁན་པོ།
སྤྱལ་སྤྱི་ཟེར་བ་དེ་ཚོ་རང་ཚོས་ཤེས་བཞིན་པ་རེད། སློབ་གྲུར་རྒྱགས་མ་
འཕྲོད། གཞུང་ཞབས་པར་རྒྱགས་མ་འཕྲོད། གཞུང་ལས་དང་ཁེ་ལས་སོགས་
ལ་རྒྱགས་མ་འཕྲོད། ལས་ཀ་མ་རག་པས་དགོན་པའི་ནང་དུ་སོང་། དཔོན་
རིགས་སོགས་གྱི་རྒྱུ་སྡེ་དང་ཡོད་ན་ལས་སྤྱོད་པས་མཁན་པོ་དང་། སྤྱལ་སྤྱི་
མཚན་སྟོན། དེ་ནས་ཁོ་རང་གི་སྤྱི་སྡེ་དང་སློབ་འབྲིང་སྐབས་ཀྱི་སློབ་
ཤོགས་དེ་དག་སློབ་གྲུར་སྟོན། ལས་ཀ་རྒྱུ་ཅིང་སྤྱི་གྱི་སྤྱི་གཞུང་གི་
དཔོན་རིགས་དང་། སྤྱི་སྡེའི་མངགས་གཏོང་ཁང་དུ་སྤྱི་བདེ་མི་སྤྱི་ལས་ཀ་
བྱེད་མཁན་དེ་དག་ལ་ཡིད་སྟོན་ཤོར་ནས། མཁན་པོ་དང་སྤྱལ་སྤྱི་མིང་ཞིག་
སྟོན་པ་དང་ཚོས་གྱི་ལས་ཀ་གང་བརྒྱབ་བསམ་སྟོན་གཏོང་ཞིང་ཡོད་མ་རེད།
ཁོ་ཚོས་སྤྱི་སྡེ་སློབ་ཤོགས་ཚོའི་སྤྱི་གཞུང་གི་འཛིན་སྦྱང་ལས་ཀ་ཡིད་སྟོན་
ཤོར། དེའི་ལད་སྟོན་བྱེད་ཅིང་རང་གི་དབང་ཆ་བེད་སྤྱོད་བྱེད་སའི་ཁྲིམས་
འགལ་གྱི་ཡུལ་ཁྲིམས་ཤིག་བཟོ་ནས་མི་དམངས་ལ་དོ་དམ་བྱས་པ་རེད།

༤ ཐུབ་པའི་བཀའ་དང་འགལ་བའི་ཚོས་ལོག་སྟེལ་མཁན་ནི་སངས་རྒྱས་
བསྟན་བཤེགས་རེད། དཔེར་ན། གཟན་ཤམ་ཁྱོན། བཟའ་ཟླ་ཁྱིད། སྤྱུ་གྱ་
ཁྱེར་ནས་འགོ་མཁན་དང་། འདུལ་ཁྲིམས་དང་མི་མཐུན་པའི་ཆས་གོས་ཡ་
མ་རྒྱུང་འགལ་ཞིག་བྱེད་ཅིང་གྲུབ་སྟོན་ཡོད་ཟེར་མཁན། སྤྱུ་གྱ་པ་ཡིན།
གཏེར་སྟོན་ཡིན་ཟེར་མཁན་འདི་སངས་རྒྱས་བསྟན་དག་དངོས་གནས་རེད།
ཚོས་ལོག་པ་དེ་དག་ལ་དད་པ་མི་བྱེད་རོགས་ལྟ། དེ་དག་ལ་དད་པ་བྱས་ན་
རང་མགོ་རང་གཡོག། ཤེས་བཞིན་དུ་དུག་འཐུང་བ་དང་གཅིག་པ་རེད།
དད་པ་བྱས་ན། སྤྱུ་མ་ཡག་པོ་ལ་བྱས་ན་མི་འགྲིག་པ་གང་ཡོད་མ་རེད།
དེར་དུས་སྤྱི་གི་མི་ལལ་ཆེ་ཡོད་ཏན་གང་ལ་གང་འཚམས་ཡོད་མཁན་
ཆགས་ཚར་པ་རེད། སྤྱུ་མ་བཟང་ངན་མིའི་བྱ་སྤྱོད་ལ་སྟོས་དང་ཚོས་དང་
མཐུན་མིན་ཤེས་སྟོན་པ་ཞིག་རེད། །

མོངས་ལ་རྟགས་པ་བྱེད་འདོད་ཡོད་མཁན་ཞིག་རེད། མོ་རང་སྤྲ་ཕོག་ཆེན་
 བོ་དང་སྒྲོར་མོ་མང་བོ་ཅན་ཞིག་མིན་ནའང་། འདུག་རྟགས་རི་མོའི་སྒྲུ་ཆུལ་
 པ་སྐད་གཤམ་ཅུང་ཡོད་སྟབས། རི་མོ་འབྲི་ནས་སྒྲོར་མོ་མང་ཅམ་རག་མཁན་
 ཞིག་རེད་ཟེར། ཁོང་གིས་དཀར་མཛེས་ཁུལ་གསེར་རྩ་རྩོད་གི་འབྲོག་སྤྱག་
 དབུལ་པོ་དེ་དག་རྟགས་སྒྲོར་བྱེད་བཞིན་ཡོད་པའི་སྒྲོར་གྱི་བྲ་ཕོག་དུ་ཟིན་
 བྱིས་ཁ་ཤས་ཤིག་ངས་འདྲིར་དཔེར་མཚོན་དུ་བཀོད་ཡོད། ཁོང་གིས་གསེར་
 རྩོད་འབྲོག་སྤྱག་རྣམས་ལ་རྟགས་བྱས་ནས་ལོ་ཤས་ཕྱིན་མོང་། ཁོང་གི་སྐད་
 འཕྲིན་ནང་དུ་གསེར་རྩ་རྩོད་གི་ཁམ་ལེ་སློབ་རྒྱུ་ནང་སློབ་སྤྱག་༡༥ ཡོད་པ་
 དེ་ལ་གནས་སྐབས་བྱ་སྤྱི་ཉིད་ཐུང་༡༥ གཏན་འཁེལ་བྱས་ཡོད། ཉིད་ཐུང་
 རིལ་སྒྲོར་༥༩ རེ་རེད། བཟླ་མས་པས་སྒྲོར་༡༥༥༠ རེད། ཅས་བྱིས་པ་དེ་ལ།
 སློབ་གྲུའི་ལག་བསྟར་བ་དེས་ལན་དུ། བྱངས་ཀ་འབྱར་བཞིན་པ་རེད། ད་
 ཅུང་ཉིད་སྤྱག་བཞི་ཅམ་འདང་མི་འདུག་ཅས་ལན་བྱིས་འདུག། ཟིན་བྱིས་དེ་
 ལ་བསྟན་རྗེས་ངའི་བསམ་པ་ལ་བོད་རྟགས་ཟེར་བ་འདི་མི་རྟགས་བཀའ་
 དྲིན་རྗེས་དྲན་མི་ཤེས་པ། འདོད་སློ་ཆོམ་རྒྱ་མེད་པ་དང་། ཆོས་ཤེས་མེད་
 པའི་མི་རྟགས་ཤིག་རེད་འདུག་སྟམ་བུང་། དེ་ལ་སྤྱགས་རྗེ་དང་བཀའ་དྲིན་
 ཆེ་ཟེར་བའི་ཆོག་ཟུར་ཅམ་ཡང་མེད་པ། ད་ཅུང་བྱན་ལོན་ལོན་པ་ལྟ་བུའི་
 དངོས་རྒྱས་གྱིས་མི་འདང་པའི་འཁང་ར་བྱས་པ་འདྲིར་ངོ་ཆ་དགོས་པའི་བྱ་
 སྒྲོད་ཅིག་རེད། ཁོ་ཆོས་སྒྲོར་མོ་བཏང་བ་དེ་ཁ་ཆ་དགོས་གཏུགས་གྱིས་ས་
 མཚའི་འབྲོག་སྤྱག་ཉམ་ཐག་དེ་ལ་ཕན་ཐོགས་ཆེ་བ་ཞིག་རེད། དགོས་མེད་
 གྱི་སྒྲོར་མོ་འཕྲོ་བརྒྱག་བྱེད་མཁན་ཞིག་མ་རེད། རྒྱ་མཚན་དེ་ལ་བརྟེན་ནས་
 ངས་བོད་གྱི་བྲ་སྤྱུལ་མཁན་གསུམ་དང་། སྤྱག་པོ་འབྱོར་ལྡན་དེ་རྣམས་ལ་
 འཕོད་སྤུལ་ཞིག་ཏུ་འདོད་བུང་།

流年~ 🍀 🍀 🍀 张老师

#一万公里的爱# 2020年康勒小学
冬装捐款，隶属于四川省甘孜藏族
自治州色达县的康勒小学约有280
名学生，暂定捐助羽绒服280件，
羽绒服53元一件，共计14840元，



流年~ 🍀 🍀 🍀 张老师: 最后这个是我
一直资助的孩子，看着就长大啦！

流年~ 🍀 🍀 🍀 张老师: 数据实时在改
变！现在还差四千多 🙏

༥ རེ་བ་དང་པོ། དམ་ཚུགས་ཚོང་ལས་དང་མ་འདྲེས་པ་ཞིག་གནང་རོགས་
ཞུ་རྒྱུ་དེ་ཡིན། དེང་རུས་སྤྱུལ་ཁག་གཅིག་རྒྱལ་གྱི་ནང་གཉིས་སུ་ཐེབས་
ནས་ཚུགས་ཚོང་རྒྱུ་ཅིང་ཡོད་རེད། ཚུགས་གསུངས་ནས་སྤྱི་ཚོགས་ཞི་བདེ་ཡོང་
ཐབས་དང་། མིའི་བསམ་སྒྲོལ་འགྱུར་ལྡོག་དང་དཔལ་ཡོན་ལྷན་པ་ཞིག་ལ་
འགྱུར་ཐབས་ཀྱི་གསུང་བཤད་གང་ཡང་མེད་པ། མི་མང་པོ་འདྲེས་ཐབས་
བྱེད་ཅིང་སྒྲོལ་དབང་བསྐྱར། མངོན་ཤེས་བཤད་ནས་སྒྲོར་མོ་བསྐྱ་བ་དེ་རེད།
དེ་ནི་ཚུགས་ཚོང་གི་རིགས་ཤིག་རེད། ཚུགས་ཀྱི་གཞུང་ལུགས་ལྟར་ན། གཞན་ལ་
དབང་བསྐྱར་བ་དེ་ཐོག་མ་རང་ལ་དབང་ཐོབ་ཅིང་ལྷ་གང་དེའི་མཚམས་
དང་། བསྐྱེན་སྐྱབ་མཐར་སྤྱོད་པ་ཡོད་མཁན་ཞིག་གིས་གཞན་ལ་དབང་
བསྐྱར་ཚོག་པ་ཞིག་རེད། དེང་རུས་རྒྱལ་རྒྱུ་ཐེབས་པའི་སྤྱུལ་ཁག་གཅིག་

གིས་རང་ལ་ཚད་ལྡན་གྱི་མཆོམས་དང་། བསྐྱེན་སྐྱབ་མེད་པ་ལྟ་ཅི། དབང་
ལུང་ཙམ་ཡང་ཚད་ལྡན་མེད་ཀྱང་། གཞན་ལ་དབང་བསྐྱར་ཞིང་ཡོད་སྟབས།
ཕལ་ཆེར་གྱིས་དབང་བསྐྱར་གྱི་ཆོ་ག་དང་། ཕྱག་ལེན་མཐོང་མ་སྤྱང་པས་
དབང་ཡང་དག་པ་བསྐྱར་ཚུལ་གྱི་འཁྲབ་སྟོན་དེ་ཡང་ཚད་ལྡན་ཞིག་མི་ཤེས་
པའི་གནས་སུ་གུར་ཡོད། རྒྱ་སློབ་མ་རྣམས་ཀྱི་མདུན་དུ་གཟུགས་ཤམ་གྱོན།
ཆོས་བཤད་བྱེད། ཕྱག་དབང་བསྐྱར། དེ་ནས་སྤྱིར་རང་གནས་སུ་འགྲོ་སྐབས་
དུད་མེད་རེ་བྲིད། རྒྱ་ཆས་བྱེད་ཅིང་འགྲོ་མཁན་ང་ཆོས་ཤེས་པ་ཡང་གང་
འཆོམས་རེ་ཡོད་པ་འདི་རེད། འདི་ནི་ཆོས་ལ་དད་པ་མེད་པ་དང་། ལས་རྒྱ་
འབྲས་ལ་དད་པ་མེད་པའི་ཆོས་ཆོང་ཟེར་ན་ཆོག་པ་ཞིག་རེད།

༥ རེ་བ་གཉིས་པ། རྒྱན་པ་ཆབ་སྲིད་དང་མ་འདྲེས་པ་ཞིག་གནང་རོགས།
རྒྱན་པ་གཏོང་རྒྱ་ཡོད་ན་གཏོང་ས་རང་གི་ལུང་པའི་དབུལ་པོ་མང་པོ་ཡོད་
ས་རེད། ང་ཆོའི་སྤྱ་ཆེན་དང་མཁན་ཆེན་དེ་དག་རྒྱན་པ་གཏོང་ས་ཨ་སྤྱི་རི་
ཀའི་ཡུལ་ལ་ཐེབས་ནས་མི་ནག་པོ་དེ་དག་ལ་རྒྱན་པ་གཏོང་ཞིང་འདུག །
ཞིབ་དུ་གཟིགས་ན་དབུལ་པོ་བཅའ་སར་ས་ཡི་གོ་ལར་བསྐྱོར་ནས་ཐེབས་
དགོས་ས་མ་རེད། རང་གི་ཡུལ་དུ་མང་པོ་ཡོད་ས་རེད། དཔེར་ན་ཀྱང་དགེ་
མཉན་གྱིས་རོགས་སྐྱོར་བྱ་ཡུལ་གྱི་འགྲོག་ཕྱག་དེ་དག་ལ་རོགས་སྐྱོར་གནང་ན་
ཡུལ་དབུལ་པོ་ལ་ཕན་ཐོགས་པ། རྒྱན་པ་གཏོང་མཁན་རང་ཡང་དཀའ་བ་
ཁྱད་གསོད་གྱི་ཐག་རིང་དུ་ཐེབས་མི་དགོས་པའི་དགེ་མཆོན་མཐོང་། མི་
གཞན་གྱིས་རང་ཡུལ་གྱི་དབུལ་པོ་མཐོང་ནས་རོགས་སྐྱོར་གནང་ཡང་། རང་
གིས་རང་ཡུལ་གྱི་དབུལ་པོ་མ་མཐོང་ནས་སྤྱི་རྒྱལ་ལ་རྒྱན་པ་གཏོང་སར་
ཐེབས་པ་ནི་རང་ཉིད་སྤྲད་གཤམ་གྱི་ཆེད་དུ་ཡིན་སྟབས། འདི་ནི་ཆོས་ལ་
དད་པ་ཡང་མ་རེད། དབུལ་པོ་ལ་སྤྱིང་རྗེ་ཡང་མ་རེད། དེ་ནི་རྒྱན་པའི་རྣམ་
པ་ཅན་གྱི་ཆབ་སྲིད་ཅིག་རེད།

༥ རེ་བ་གསུམ་པ། རྒྱིང་རྗེ་རང་འདོད་དང་མ་འདྲེས་པ་ཞིག་གནང་
རོགས། ལོ་རྩ་བཅུ་ལྷག་གི་གོང་དུ་ཐོད་གྱི་དགོན་པ་དང་། སྤྱ་མ་འགའ་ཞིག་

གིས་རེད་ཆང་གི་དུ་ཕྱག་ཁར་བཅུགས་ཡོད། བདག་མེད་ཀྱི་ཕྱ་གྲ་མར་པོར་
ཟས་གོས་དང་། སློབ་གསེའི་འགན་ཁུར་བཞིན་ཡོད་ཅིས་དེ་ལ་བསྐྱགས་ནས་
ག་ས་ག་ལ་ཞབས་འདེགས་སྤྱོད་ཞིང་ཡོད་པ་དེ་ནི་དོན་དངོས་སྒྲོར་མོ་སྤྱོད་
བྱེད་ཀྱི་ལག་ཆ་ཞིག་ཆགས་ཡོད། སྤྱི་མ་རྒྱལ་པས་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་འགྱུར་བ་དང་
བསྐྱེད་ནས། རྒྱལ་སྐབས་གང་ཞིག་ལ་ལས་ཀ་གང་ཞིག་དགོས་མཁོ་ཆེ་བ་
དང་། བཟང་སྤྱོད་ཟེར་བ་དེ་གང་འདྲ་ཞིག་ལ་ཟེར་བཞིན་ཡོད་པ་ཁོ་ཚོས་
བཟག་དཔུང་ཞིབ་ཆ་བྱེད་ཅིང་། སྒྲོར་མོ་སྤྱོད་བྱེད་ཀྱི་ཐབས་ལ་བེད་སྤྱོད་
བྱེད་ཅིང་འདུག །དཔེར་ན། བར་སྐབས་ཤིག་ན་རྒྱ་རིགས་ཕྱག་བདག་དང་
སྤྱིང་རྩེ་ཅན་དེ་དག་གིས་ཐོད་ནང་གི་དུ་ཕྱག་དང་། སློབ་གསེལ་རོགས་སྤྱོད་
བྱ་རྒྱ་དེ་མོས་པ་ཆེན་པོ་བྱུང་བ་རེད། རྒྱལ་དེར་སྤྱི་མ་འགའ་ཞིག་གིས་རེད་
ཆང་དགོན་པས་དུ་ཕྱག་ཁར་བཅུགས་ཡོད། དེ་ལ་རོགས་པ་བྱེད་རོགས་ཞེས་
སྤྱོད་མོ་ཞུས་ཏེ་སྒྲོར་མོ་མང་པོ་རག་ཡོད་པ་རེད། དུ་ཕྱག་ཁར་དངོས་གནས་
འདུགས་མཁན་དགོན་པ་གཅིག་གཉིས་ཅུ་ལས་ཡོད་མ་རེད། སལ་ཆེ་བ་
རྒྱན་མ་རེད། ངས་ཤེས་ས་ལ་དགོན་པ་ཞིག་གིས་ཁོ་ཚོས་དུ་ཕྱག་ཁར་
བཅུགས་ཡོད། དུ་ཕྱག་མར་པོ་ཡོད་ཅིང་དེ་དག་གི་སྤྱོད་གནས་དང་། ཟས་
གོས་སོགས་ལ་རོགས་སྤྱོད་རེ་ཞུས་ལྟར། ངའི་ངོ་ཤེས་པ་རྒྱ་རིགས་ཕྱག་བདག་
གིས་ཁོ་ཚོ་ལ་སྤྱོད་གནས་ཀྱི་ཁང་པའི་འཆར་གཞིའི་དཔེ་རིས་སོགས་སྤྱོད་
འགྲོའི་ལས་ཀ་བྱེད་ཆས་སྒྲོར་འབུམ་ལྷ་སྤྱོད་ཞིང་། ད་ཅུང་ཟུ་མཐུད་ནས་
རོགས་སྤྱོད་བྱ་རྒྱ་ཁས་སྒྲངས་འདུག །རྩིས་སུ་ཁོ་རང་དུ་ཕྱག་ཁར་གི་འཆར་
གཞིའི་དཔེ་རིས་དང་། དུ་ཕྱག་རྒྱལ་ས་བཟུ་སར་སྤྱོད་པ་རེད། སྐབས་དེ་
དགོན་པ་ལ་དུ་ཕྱག་མེད་པས་རྫོང་གི་ཞག་སྤོད་སློབ་རྒྱུད་ནས་སློབ་མ་འཛིན་
ལྷ་གཅིག་གཡར་ནས་ཁོ་ལ་བསྐྱེད་རྒྱ་བྱིད་ཡོད་འདུག་པ་དེ་རྩིས་སུ་ངའི་
གོགས་པོ་ཞིག་གིས་ངག་ནས་སྤོས།

དེ་བཞིན་དུ་རྒྱ་གར་བལ་ཡུལ་ཡོད་པའི་སྤྱི་མ་དེ་དག་གིས་ཀྱང་སྤྱི་རྒྱལ་ས་
ནས་སྒྲོར་མོ་སྤྱོད་བྱེད་དུ་ཕྱག་ཁར་བཅུགས་ཤིང་། དུ་ཕྱག་རེ་རེ་ལ་སྤྱི་རྒྱལ་

བའི་སྒྱུ་བདག་རེ་བཅའ་ནས་གསོ་སྐྱོང་བྱེད་ཅིང་ཡོད་ཟེར། རོན་དངོས་དུ་
 རྒྱག་རེ་ལ་སྒྱུ་བདག་གསུམ་བཞི་རེ་བཅའ་ཞིང་སྒྱུ་བདག་གཅིག་གི་སྒྲོར་
 མོ་དེ་དུ་རྒྱག་དེའི་འགྲོ་སྐྱོང་བྱེད། གཞན་རྣམས་ཀྱིས་གནང་སྒྱུ་གང་ཐོབ་
 སྒྲོར་བདག་ཡིན་པར་ཐོས། དུ་རྒྱག་གསོས་ཤིང་རོགས་སྐྱོར་བྱས་ན་ཡག་པོ་
 རེད། འོན་ཀྱང་དུ་རྒྱག་སྒྲོར་མོ་སྒྲུབ་བྱེད་དང་། རང་ཁ་གསོ་བྱེད་ཀྱི་བྱ་སྐྱོད་
 འདི་ཉ་ཅང་ཐ་དད་རེད། བྱད་མེད་གཞན་བཅོང་མ་ལས་སྒྲ་ལོག་འདི་དག་
 གི་བྱ་སྐྱོད་རྒྱག་པ་ཞིག་རེད། གཞན་བཅོང་མས་རང་གི་ལྷས་བཅོང་ནས་རང་
 ཁ་གསོ་བཞིན་ཡོད་རེད། སྒྲ་མ་འདི་དག་གིས་དུ་རྒྱག་གི་ལྷས་བཅོང་ནས་
 རང་ཁ་གསོ་ཞིང་ཡོད་རེད། དེ་ལས་རྒྱག་པའི་ལས་གང་ཡོད། སྒྱུ་བདག་
 ལ་བརྟན་རྒྱ་སྒྱ་གཡར་པོ་བྱེད་སྤངས་ལ་བརྟན་ན་བོད་ནང་ལ་ཡོད་པའི་
 དུ་རྒྱག་ཁང་ཟེར་བ་དེ་དག་འགའ་ཞིག་དུ་རྒྱག་ཡོད་ས་མ་རེད། འདི་ནི་ཆོས་
 ལ་དད་པ་མེད་པ། ལས་རྒྱ་འབྲས་ལ་ཡིད་ཆེས་མེད་པའི་སྒྲེ་བོ་ཐ་ཤལ་དག་
 གི་སྐྱོད་པ་རེད། ལས་ཀ་དེ་རོགས་ཡོང་ས་དགོན་པ་དང་། ལས་མཁན་
 གཟན་ཤམ་ཁྱོན་མཁན་དེ་དག་རེད་འདུག་པ་དེ་ཉ་ཅང་ཡིད་སྐྱོད་གོས་པའི་
 གནས་ཚུལ་ཞིག་རེད། སྤིང་རྩེ་རང་འདོད་དང་མ་འདྲེས་པ། ཟེར་བའི་རྒྱ་
 མཆན་དེ་ཡིན།

༩ རེ་བ་བཞི་པ། སྒོག་བསྐྱ་གཡོ་རྒྱ་དང་མ་འདྲེས་པ་ཞིག་གནང་རོགས།
 དེང་དུས་བོད་དུ་ལྷགས་སྒོལ་གསར་པ་ཞིག་ལ། སྒོག་བསྐྱ་ཟེར་བའི་ལས་
 འབྲལ་ཞིག་སྤེལ། དེ་དང་སྒྲག་མ་དུ་ཤ་བ་མི་ཅུང་བའི་ཆོས་ལོགས་ཤིག་སྤེལ་
 བཞིན་པ་འདི་རེད། སྒྲ་མས་སྒོག་བསྐྱ་ཆོགས་པ་ཞིག་བཅུགས། སྒོག་བསྐྱའི་
 སྒྲོར་མོ་བཅུག་ས་དེའུ་ཁང་གི་ཁར་བྱང་ཞིག་ཟུར་དུ་བཟོ་ནས་དེའི་ནང་དུ་
 རྒྱ་རིགས་དད་ལྡན་རྣམས་གཙོ་བོར་བྱས་པའི་འཁྱོར་ལྡན་རྣམས་ཀྱི་སྒྲོར་མོ་
 སྒྲ་མས་ལེན་ས་ཞིག་བཟོས། སྒྲེ་བོ་རྣམས་ཀྱིས་སྒོག་བསྐྱ་ཆོགས་པ་ཞིག་
 བཅུགས་ནས་དེས་བོད་རིགས་ཀྱ་གསར་དད་པ་ཅན་རྣམས་ཀྱི་སྒྲོར་ཅུང་བྱད་
 ཡོད་པ་དེ་དག་གཡོ་ཐབས་ཀྱིས་ལེན། དེའི་ནང་ནས་བརྒྱ་ཆ་ལྷ་རྒྱག་ཅམ་

གྲིས་གཡག་ལྷག་རེ་བྱུང་དང་། གཙོ་བོ་རྒྱ་ཉ་འཛོང་པའི་ལག་ལས་ཉ་ཆེ་ཆུང་
མ་ངེས་པ་དེ་དག་ཉོན་མེད་རྒྱ་ཆེན་པོ་དང་། གྲངས་མང་པོ་འདྲ་པོ་ཞིག་
བརྟན་དང་། པར་ལེན་ཞིང་དྲ་བའི་ཐོག་ཏུ་དྲིལ་བསྐྱགས་བྱེད། བརྒྱ་ཆ་
བརྒྱད་ཅུ་ཡས་མན་དེ་རང་གི་ཁྲག་མའི་ནང་དུ་བཅུག་ཅིང་ཡོད་པ་ཁོ་རང་
ཆོའི་ནང་མི་འགའ་ཞིག་དང་། སྒྲིམ་ཆོག་གི་སྤྱོད་བཟོད་ཐོག་ཏུ་མཐོང་། རས་
སྟོག་བསྐྱུ་བྱེད་མ་ཚུངས་ལ་སྟོག་བསྐྱུ་ཆོག་པའི་ནང་དུ་འདྲ་ཁྲགས་མ་ཚུངས་
སྟབས་དེའི་སྒྲོམ་ཁ་གསལ་མི་ཤེས་ཀྱང་། དེར་དུས་རྒྱས་ཡོད་ནམས་གྲིས་སྤྱོད་
འཕྲིན་དྲ་བའི་ཐོག་ཏུ་སྟེལ་བ་ནམས་གྲིས་སྤྱོད་པོ་བསྐྱུས་ནས་བཤད་པ་ཞིག་
ཡིན། འགྲོ་བ་རིགས་དྲུག་གི་སེམས་ཅན་འདི་དག་སྟོག་བསྐྱུ་ཞིག་བྱ་རྒྱུ་ཡོད་
ན། ཉོན་པ་སངས་རྒྱས་བཙུགས་ལྟར་འདས་གྲིས་སྤྱོད་མེད་དུ་དོར་བཞིན་མ་རེད།
ཉོན་པས་སྒྲིམ་པོ་པལ་པ་དགོ་སྟོག་སྤྱོད་དོར་གྲིས་ལུང་མ་གཏོགས་བཀའ་ཡིས་
བཅད་པ་གང་ཡང་གནང་ཡོད་མ་རེད། ཁོང་གིས་བཀའ་ཡིས་བཅད་པ་
གནང་སའི་ཡུལ་དེ། ཁོང་གི་ཉེ་བའི་རྗེས་འབྲང་པ་དགོ་ཚུལ་སྤྱོད་ནམས་རེད།
དེ་ལ་གདམས་པའི་བསྐྱུ་བ་བྲིམས་གལ་ཆེ་ཤོས། བཀའ་བཙུན་ཤོས་དེ་འདུལ་
བྲིམས་ཉིས་བརྒྱ་ལྷ་བཅུ་ཙུག་གསུམ་ཡོད་པ་རེད། དེའི་ནང་ལ་དུད་འགྲོའི་སྟོག་
བསྐྱུ་དགོས་པའི་བཀའ་ཡིས་བཅད་པ་གནང་མི་འདུག །དེར་དུས་སྤྱོད་མ་
ནམས་གྲིས་འདུལ་བ་བསྐྱུ་སྟོག་མ་ཚུངས་སྟབས། འདུལ་བའི་ནང་དུ་གང་
གསུངས་ཡོད་པལ་ཆེར་ཤེས་མཁན་དགོན། ཁོ་ཆོས་རྒྱ་ཡུལ་གྱི་ཉ་སྟོག་བསྐྱུ་
དགོས་པ་ལས། དབྱར་དུས་པོད་ཡུལ་གྱི་སྤྱོད་ཐོག་ཏུ་འབྲུ་ཆེ་ཆུང་གྲངས་
ལས་འདས་པ་དེ་དག་ལ་སྟོག་ཡོད་པ་ཉ་གོ་ཞིང་མེད་པ་འདྲ། ཉོན་པ་སངས་
རྒྱས་བཙུགས་ལྟར་འདས་གྲིས་དབྱར་དུས་རྒྱང་པའི་འོག་ཏུ་འབྲུ་སྟོན་ཆུང་དུ་
མང་པོ་དེ་ལ་མི་གནོད་པའི་ཆེད་དུ་དབྱར་གནས་མཛོད་ཅིང་རྒྱང་རྗེན་དུ་
ཐེབས་པའི་ལྷགས་སྟོལ་ཞིག་བཅུགས་ཡོད་པ་རེད། པོད་ཀྱི་སྤྱོད་མ་ནམས་གྲིས་
དབྱར་དུས་སྤྱོད་ཐོག་ཏུ་རྒྱ་པོད་གཉིས་ཀྱི་སྟོབ་མ་མང་པོ་འབོད་ཅིང་། མོ་ཏ་
རིགས་མི་འདྲ་བ་དེ་དག་གིས་སྤྱོད་ཐང་གང་བ་ཞིག་བྱེད། གལ་སྲིད་སྤྱོད་པའི་

རྒྱུ་དེ་དག་མིག་གིས་མཐོང་བྱུང་པ་ཞིག་ཡིན་ན། དབྱར་དུས་ཀྱི་རྩ་ཐང་དེ་
ཁྲག་གི་དམར་པོར་གྱུར་ཡོད་དེས་རེད། དེ་ལྟར་སྟོན་པ་ཤུག་བྱུང་པའི་མཛོད་
སྟོན་ལས་སྟོན་པའི་སྟོན་བསྟུ་བེར་བ་འདི་ནི་གཡོ་སྟུ་ནང་གི་ཆེ་བ་ཞིག་རེད།
དེས་ན་སྟོན་བསྟུ་གཡོ་སྟུ་དང་མ་འདྲེས་པ་བེར་བའི་རྩ་མཚན་ཡང་དེ་ཡིན།

སྟེ་བཏང་བྲ་ལོག་རྣམས་ཀྱིས་སྟོན་རན་གང་བྱས་ང་སྐར་དང་འབྲེལ་བའི་
ཕན་གཞོན་གཉིས་ཀ་གང་ཡང་མེད། འོན་ཀྱང་ཁྱོད་རང་ཆོའི་བྱ་སྟོན་དེས་
བོད་མི་དམངས་ཀྱི་བསམ་སྟོན་དང་། སྟོབ་གསོ། གོམས་གཤིས། འཆོ་བ་ཐམས་
ཅད་ལ་གཞོན་སྟོན་དང་། རྒྱུ་ལྷན་འགྲོ་བའི་བག་ཆགས་ཤུགས་ཆེན་པོ་ཞིག་
བྱེད་ཅིང་ཡོད་སྟབས་སྟོན་རན་འདི་དག་ང་ཆོས་ངོས་བེན་པ་བྱ་རྒྱ་གལ་ཆེ།
དཔེར་ན། བྲ་ལོག་ཆོས་སྟོན་པ་ལོག་པ་ཞིག་སྟེ། ཁ་བདེ་པོའི་སྐད་ཆ་གང་
དུན་བཤད་པས། རིག་གནས་ཀྱི་རྒྱང་གཞི་མེད་པའི་བོད་མི་དམངས་རྣམས་
དེ་ལ་མགོ་ཚོངས་ནས། འཆོ་བའི་གནས་སྤངས་ཀྱང་ཁོར་འགྲོ་བཞིན་ཡོད་པ་
ནི། སྐར་མོ་སྟབ་པའི་ཐབས་ཡག་པོ་མི་ཤེས་པ། སྐར་མོ་ཅུང་ཟད་ཐོབ་ན་
བེད་སྟོན་བྱ་བའི་ཡུལ་ཁོར་བ། རང་གི་ལྟོ་རྒྱུ། ས་མའི་བདེ་ཐང་། སྤུ་གུས་
སྟོབ་གསོ་སོགས་དགོས་གལ་ཆེ་བའི་གནས་སུ་མི་གཏོང་ཞིང་། འབྲས་བུ་གང་
ཡང་མེད་པའི་བྲ་ལོག་རྣམས་ལ་སྟབས་རྟེན་དང་། བསྟོ་རྟེན་སྟུལ་བ། སྟོག་
བསྟུ་བྱེད་པ། རྩོ་བཞོ་བ། དར་ལྗོག་འཇུགས་པ་ལ་སོགས་མི་དམངས་ཀྱི་འཆོ་
བ་དང་། ཁོར་ལུག་གཉིས་ཀ་ལ་གཞོན་པ་ཆེ་བའི་སྟོགས་སུ་སྐར་མོ་གཏོང་བ་
ནི་བྲ་ལོག་རྣམས་ཀྱིས་སྟོབ་གསོ་ལོག་པ་ལས་བྱུང་བ་ཞིག་རེད། །

ངས་སྤྲོ་མ་ཡང་དག་ལ་ནམ་ཡང་དགག་མ་སྤྱོད་།

2020.11.24

ཐོད་རིག་པ་སྤྱི་བཤད་ཀྱི་སློང་སྤྱོད་ཀྱི་ནང་དུ་བཞུགས་པའི་བླ་སྟོན་ཀྱི་སྤྲོ་མ་པ་ལ་བཀའ་ཤིས་བདེ་ལེགས་ལྟ། ཁ་སང་དུ་བ་འདྲིའི་ཐོག་དུ་ངས་རྒྱན་དུ་སྤྲོ་མ་དང་། ལྷ་པ་ལ་དགག་པ་མང་དུག་འདུག་ཟེར་ནས་བསམ་འཆར་ཞིག་བཏོན་ཡོད་པ་དེ་ལ་གསལ་བཤད་མདོར་བསྡུས་ཤིག་ལྟ་བུར། བཤད་མཁན་དེ་ཚོ་ཁོང་རྣམས་སྤྲོ་མ་དང་ལྷ་པ་ཡིན་པའི་ཆ་ནས་ངས་བཤད་པ་དེ་དག་ལ་མ་དགའ་བའི་ཚོར་སྤང་ཞིག་ཡོད་ས་རེད། འོན་ཀྱང་ངས་འདྲིའི་གསལ་བཤད་ལྟ་བུ་དེ། ངས་སྤྲོ་མ་ཡང་དག་ལ་ནམ་ཡང་དགག་པ་སྤྱོད་མ་སྤྱོད་། ཟེར་བ་དེ་ཡིན།

༡ མི་སྤྱི་ཡིན་ཀྱང་ཁོར་འཁྲུལ་ཐེངས་རེ་བྱས་ན་ངས་དགག་པ་ཐེངས་རེ་མ་གཏོགས་བྱེད་མ་སྤྱོད་། དེས་ན་ངས་ཉིན་རྒྱུ་པར་སྤྲོ་མ་ལ་དགག་པ་མ་རེད། སྤྲོ་མ་ཚོས་ཉིན་རྒྱུ་པར་སྤྱོད་ངན་སྤྱོད་བཞིན་ཡོད་པ་བླ་སྟོན་དུ་མཐོང་ནས་ངས་བཤད་པ་རེད། སྤྱོད་ངན་སྤྱོད་མཁན་སྤྲོ་མ་དེ་མང་དུག་ནས་ངས་ཉིན་རྒྱུ་པར་སྤྲོ་མ་ལ་དགག་པ་སྤྱོད་ཞིག་མཐོང་གིན་ཡོད་པར་འདྲ། དོན་དངོས་འདི་ཚོ་སྤྲོ་མ་དང་ལྷ་པ་ཡང་དག་མ་རེད། སྤྱོད་ངན་སྤྱོད་ལྟར། ཁྲམ་པ་དང་རུམ་པ་དེ་དག་རེད།

༢ ངས་སྤྲོ་མ་རྣམས་ཀྱི་སྤྱོད་ངན་ལ་དགག་པ་བྱེད་རྒྱ་དེ་ཚོས་དང་དགོན་པ་སྤྱང་སྤྱོད་ཀྱི་ཆེད་དུ་ཡིན། བརྟན་པ་དང་། དགོན་པ་ཡུན་རིང་གནས་དགོས་ན་ཚོས་ཀྱང་དག་པ་ཞིག་ཡོད་དགོས་ངེས་རེད། དེར་དུས་སྤྱོད་ལྟ་ཁ་ཤས་ཀྱི་སྤྱོད་ངན་འདྲིའི་གནས་སྐབས་ཁོ་རང་ཚོ་ལ་ཕན་ཐོགས་ཡོད་ཀྱང་། མི་རིང་བར་མི་རིགས་གཞན་པ་རྣམས་ཐོད་ཀྱི་ཚོས་དང་རིག་གནས་ལ་དང་

པ་དང་དོ་སྤང་མེད་པ་ཆགས་ངེས་རེད། སྤང་སྒྲུལ་གྱིས་སོ་བཏང་པའི་མི་
དེས་རྗེས་སུ་ཐིག་གུ་བྱ་བོ་མཐོང་དུས་སྤྲུག་སྤང་བསྐྱེད་པ། ཟེར་བའི་གཏམ་
དཔེ་ལྟར་རེད། དེས་ན་ངས་རང་སྟོག་སྟོས་བཏང་ནས་བོད་ཀྱི་ཆོས་དང་
རིག་གཞུང་སྤང་སྟོབ་གྱི་ལས་ལ་འབད་བཅོམ་བྱེད་ཅིང་ཡོད།

༩ ཆོས་ལོག་སྤེལ་མཁན་ནི་སྤྱི་ཆེན་ཉུང་ཉུའི་སྟོར་ཅིག་རེད། ཁོ་ཆོའི་སྟོང་
ངན་གང་བྱས་དེ་མི་ཆོས་བྱ་ཐོག་གཏོང་ཡོང་དུས་ངས་མཐོང་བ་ཤ་སྟག་རེད་
མ་གཏོགས་ངས་སྤྱི་མ་གཅིག་གི་སྟོང་ངན་བྱེད་ས་ཀྱང་མཐོང་མ་སྟོང་། ང་
དང་སྤྱི་མ་འབྲེལ་བ་གང་ཡང་མེད། ང་སྤྱི་མའི་གསར་འགོད་མཁན་ནི་མ་
རེད། ངས་པར་དང་བརྟན་སྤངས་པ་གཅིག་ཀྱང་མེད། ཁོ་རང་ཆོའི་སྟོང་པ་
ངན་པ་དེ་དག་སྤྱི་ཆོགས་གྱིས་ལྟ་སྒྲུལ་དང་། དོ་སྤང་བྱེད་མཁན་གྱི་བོད་མི་
དམངས་ཚུ་མས་གྱིས་བརྟན་དང་པར་སྤངས་ཏེ་བྱ་ཐོག་ཏུ་བཏང་བ་རེད། མི་
དམངས་ནི་དཔལ་བོ་དངོས་གནས་རེད། ངས་དེ་དག་ལ་ང་རང་གི་ལྟ་ཚུལ་
ཞིག་བཤད་པ་རེད། དེས་ན་ངས་དགག་པ་བྱེད་སའི་སྤྱི་མ་དེ་སྤྱི་ལོག་ཉུང་
ཤས་ཤིག་རེད། སྤྱི་མ་མང་ཆེ་བ་ཡག་པོ་རེད། ངས་དགག་པ་སྤྱི་བ་བཞིན་
མེད། གཙོ་བོ་སྤྱི་ཆེན་གྱི་མིང་ཡོད་མཁན། སྟོང་ངན་སྤེལ་མཁན་དེ་དག་ལ་
ངས་དགག་པ་བྱས་པ་རེད། སྤྱི་མ་གྱི་པ་རྒྱུ་རྒྱུ་དེ་ཆོས་སྟོང་ངན་ཅུང་ཟད་
བྱས་ན་འང་བོད་ཀྱི་སྤྱི་ཆོགས་ལ་གནོད་པ་ཆེན་པོ་བྱེད་ཐུབ་བསྐྱི་མ་རེད།

༡༠ ཆོས་ལོག་པ་ལ་སྟོན་དང་ཐེར་འདོན་ཉོན་འདོད་མེད་ན་ཁྱིམ་རང་བྱ་སྟོང་
ངན་པ་ཚུ་མས་སྟོངས་དང་དགག་མཁན་ཡོད་མ་རེད། སྤྱི་ལོག་གཅིག་གི་
སྟོང་ངན་ལ་དགག་པ་སྤྱི་བ་དུས་སྤྱི་མ་དང་གྲུ་པ་བཟང་ངན་ཆོང་མས་ནག་
རང་ལེན་བྱེད་ཅིང་ཁོ་ཆོའི་རྒྱུ་རྒྱུ་ཆ་མ་བྱེད། ངས་སྟོང་ངན་ལ་དགག་པ་འདི་
དང་ཁྱིམ་རང་གི་སྟོང་པ་གཉིས་འབྲེལ་བ་ཡོད་མེད་ལྟོས། འབྲེལ་བ་མེད་ན་
ཁྱིམ་རང་ཆོའི་འཕག་དགོས་དོན་ཡོད་མ་རེད། ས་པཎ་གྱིས། ཉུང་འགྲོ་ཡིན་
ཡང་རིགས་མཐུན་ཚུ་མས། །ཁྱུ་གཅིག་ཏུ་ནི་མི་གནས་སམ། གསུངས་པ་ལྟར།
སྟོང་ངན་ཅན་ལ་སྟོན་བརྗོད་བྱས་པ་དེ་ཁྱིམ་རང་ཤུགས་གྱི་མཆོང་ཐོག་ཏུ་

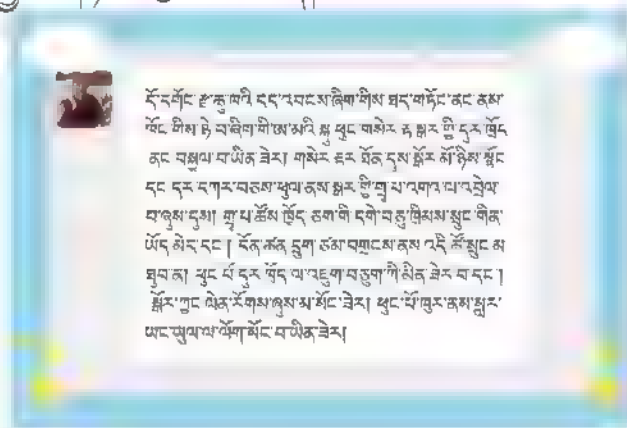
ཕྱི་ལོ་མི་ཁྱོད་རང་སྤྱོད་རན་ཅན་གྱི་པའི་རྟགས་རེད། རང་རང་གི་མཛེད་
 སྤྱོད་བཟང་པོ་ཡོད་པའི་སྒྲ་མ། ལྷ་པ། དག་བཤེས། སྤྱལ་སྤྱ། མཁན་པོ་སྤྱ་
 གང་ཞིག་གིས་ང་མ་འགྲིག་པ་རེད་གསུང་མཁན་མི་འདུག །དག་འདུན་པ་
 རྣམ་པ་ཚོ། སྤྱ་ལོག་གི་སྤྱོད་རན་གང་ཞིག་པོད་མི་དམངས་ཀྱིས་པར་དང་།
 བརྟན་སྒྲངས་ནས་བྱ་སྤྱོད་ཀྱི་བཏང་བ་དེ་དག་ལ་ངས་དེ་ལ་དཔུང་བརྗོད་
 བྱས་པ་ཡིན། དེ་ཁྱོད་རང་ཚོ་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་མེད་གཟིགས། འབྲེལ་བ་
 མེད་ན་ཁྱོད་རང་རྣམས་སྤྱ་ལོག་དང་སྤྱ་ལོག་མིན་པའི་རྟགས་རེད། དེ་ལ་
 འདྲེགས་དགོས་དོན་ཅི་ཡོད།

༥ ཚོས་པ་ལ་དགག་མཁན་མེད་དགོས་ན་ཚོས་ལོག་མ་བྱེད། རང་ངོས་
 རྣམ་སྤྱོད་རན་སྤང་ན་གཞན་གྱིས་དགག་པ་མེད་ངེས་རེད། སྤྱོད་འདུག་ལས།
 ས་སྤྱོད་འདི་དག་གོ་བས་གཡོག །དེ་སྤྱོད་གོ་བས་ག་ལ་ལང་། །སྤྱམ་མཐིལ་
 ཅམ་གྱི་གོ་བས་ནི། །ས་སྤྱོད་ཐམས་ཅད་གཡོག་དང་འདྲ། ཞེས་གསུང་པ་
 ལྟར། དགག་པ་སྤྱོད་མཁན་ལ་ངོ་རྒྱུ་བྱེད་པ་ལས། རང་རང་གི་སྤྱོད་རན་
 སྤང་ན་དགག་མཁན་རང་ལྟགས་ཀྱིས་མེད་འགྲོ་ངེས་རེད། སྤྱོད་རན་ལ་སྤྱོད་
 བརྗོད་བྱེད་ཀྱིས་ཁྱོད་སྤྱ་ལོག་རེད། དམ་ཉམས་རེད་ཅེས་ཁྱུང་ན་པན་སྤྱོད་
 ཡོད་མ་རེད། རང་ཁ་སྤྱར་མོས་ཁེབ་ན། རྒྱལ་ཁམས་ཀྱི་ཁ་སྤྱར་མོས་ཁེབ་མ་
 རེད། ཟེར་བའི་པོད་ཀྱི་གཏམ་དཔེ་ལྟར་རེད། སྤྱ་ལོག་རྣམ་པ། ཁྱོད་ཚོ་ལ་
 ངས་དགག་པ་མ་རེད། པོད་མི་དམངས་ཀྱིས་དགག་པ་རེད། དེང་སང་དྲ་བ་
 དེ་འཛམ་བྱ་གླིང་ན་བྱུང་ཡོད་རེད། སྤྱོད་པ་བཟང་རན་གང་བྱས་ན་སྤྱས་
 བསྐྱང་བྱ་བྱུང་པ་ཞིག་མ་རེད། བྱས་ཅང་ཁྱོད་ཚོའི་སྤྱོད་རན་དྲ་བའི་སྤྱོད་
 སྤྱེལ་མཁན་མི་དམངས་རེད། ང་མ་རེད། ང་ནང་ལ་ལས་གཡོལ་བྱས་ནས་
 བསྐྱད་ཡོད། སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་གནས་ཚུལ་གང་ཡོད་ལྟ་སྤྱོད་ལ་བརྟ་བཞིན་ཡོད།
 ངས་སྤྱ་སྤྱལ་ཡང་དག་ལ་ནམ་ཡང་དགག་པ་བྱེད་མ་སྤྱོད། ད་དུང་ཡང་བྱ་
 རྒྱ་མིན། སངས་རྒྱས་བཟླ་ན་པ་ལ་མ་འབྲིན་མཁན། པོད་ཀྱི་སྤྱི་ཚོགས་ལ་
 གནོད་པའི་ཚོས་ལོག་སྤྱེལ་མཁན་ཚོ་ལ་མ་ཤི་བར་དུ་དགག་པ་སྤྱོད་རྒྱ་ཡིན། །

པ་མེས་སྐུ་ཕྱུང་རང་ཕྱལ་ལས་ཕྱད་མི་རྒྱུད་།

2020.12.8

སྡེ་དགའི་སྐོས་རའི་ནང་དུ་བཞུགས་པའི་བླ་སྐོགས་ཡོངས་ལ་བཀའ་ཤིས་བདེ་
ཞིགས་ཞུ། རས་དེ་རིང་སྡེ་དགའི་སྐོས་རའི་ནང་གི་སྐོགས་པོ་རྣམས་ལ་གསལ་
བཤད་ཞུ་དགོས་པ་ཞིག་ནི། དེ་རིང་རྩ་ཆུ་ཁའི་མི་ཞིག་གིས་ཁོ་རང་གི་སྐོགས་
པོ་ཞིག་གི་ཨ་མ་གྱི་མ་གྱིངས་ནས། ཕྱང་པོ་གསེར་རྩ་སྐར་གྱི་རྒྱར་ཁྱོད་ནང་དུ་
བསྐྱེལ་ཞིང་སྐོར་སྐོར་གཉིས་ཕུལ་བ་ཡིན། འོན་ཀྱང་ཁོ་ཚོས་ཁྱོད་རང་དགེ་
བཅུའི་བྲིམས་མ་བསྐྱར་ན་ཕྱང་པོ་རྒྱར་ཁྱོད་དུ་བཞག་ཆོག་གི་མ་རེད། ཅིས་
བཤད་ཅིང་སྐོར་མོ་ཕྱིར་ཆོག་ཅིང་ཕྱང་པོ་ཡང་ཕྱིར་རྩ་ཆུ་ཁ་ལ་བྱིར་དགོས་པ་
ཕྱུང་སོང་། ཟེར་བ་ཞིག་ཐད་གཏོང་ནང་བཏང་བ་དེ་རས་སྡེ་དགའི་སྐོས་
རའི་ནང་དུ་བསྐྱར་གཏོང་བྱས་པ་ཡིན།



སྡེ་དགའི་སྐོས་རའི་ནང་ཆིང་མ་སྐད་མཁྱེགས་ཅན་མང་སྟབས། མི་འགའ་
ཞིག་གིས་ཡི་གེ་དེ་ཐུབ་ཕུན་ཁྱོད་རང་གིས་བཟོས་པ་རེད། གསེར་རྩ་ལ་རྒྱར་
ཁྱོད་ནང་དུ་རོ་བཞག་མི་བཅུག་པ་དེ་འདྲ་ཕྱུང་ཡོད་མ་རེད་ཅིས་མང་པོ་
ལས་ཕྱུང་། རས་གསལ་བཤད་དགོས་པའི་དོན་དེ་རེད། ལྷོ་བཏང་ཆིང་མའི་
ལྷ་ལོག་དང་། ལྷག་པར་དུ་གསེར་རྩ་ལ་སྐོབ་སྐྱོང་སོང་བ་དེ་དག་མི་ལ་མ་

ཉེས་ཁ་ཡོག་གིས་རྩལ་ཡིག་ཁྱོད་རང་གིས་བཟོས་པ་རེད་ཟེར་བ་དེ་དགའ་པོ་
རེད། དངོས་གནས་བྱས་ན་ཁོ་རང་ཚོས་དུས་རྒྱུན་ལྟར་བསྟན་རྩལ་མ་དང་།
ཡིག་ཆ་རྩལ་མ་བཟོས་ནས་མི་ལ་མགོ་བསྐྱར་གཏོང་བ་དེ་རྩལ་ལྡན་ཞིག་རེད།
དེས་ན་མི་གཞན་གྱིས་བདེན་དཔང་གང་ཡོད་དེ་ལ་ཡིད་ཆེས་མེད་པ་རྩལ་
བཟོ་རེད་ཅེས་ལབ་པ་དེ་དོན་ལ། ཁོ་རང་ཚོའི་སྤྱོད་པ་དེ་རང་དཔེར་གཞན་
ལ་འགོག་པ་ཞིག་རེད། དེར་དུས་ཚན་རིག་དར་བྱལ་ཆེ་བས་ཡི་གེ་བདེན་
རྩལ་སྐད་ཅིག་གིས་འབྲེད་བྱལ་པ་ཞིག་རེད། ང་ཅི་གསེར་རྟའི་དུར་ཁྱོད་ནང་
དུ་རྩོ་བཞག་སར་འགོ་མ་སྤྱོད། དེ་འདྲ་ཡོད་མེད་མི་ཤེས། དེ་རིང་ངས་
བཤད་དགོས་པ་དེ་ཐོད་ཀྱི་སྤྱི་ཚོགས་རྩལ་རིག་གནས་དང་འབྲེལ་བའི་གནད་དོན་
ཞིག་ཡིན། དེར་དུས་ཐོད་ཀྱི་སྤྱི་ཚོགས་རིག་གནས་དང་འགལ་བའི་ལས་ཀ་
ཞིག་ལ། ཁམས་སྤྱོགས་འདིར་ལྟར་པ་མང་པོ་ཞིག་གིས་མི་ཤི་ཆར་དུས་ལྟར་
པོ་དེ་གསེར་རྟའི་དུར་ཁྱོད་ནང་དུ་བསྐྱེལ་བའི་ལྷགས་སྤྱི་ཚོགས་ཆགས་ཡོད་
འདུག །དུར་ཁྱོད་ཀྱི་བྱེད་པར་གྱིས་བདེ་བ་ཅན་དུ་སྐྱེས་ན། སྤར་ནས་རྒྱ་གར་
ན་གྲུབ་ཆེན་མང་པོས་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་པར་གྲགས་པའི་དུར་ཁྱོད་བསིལ་བ་
ཆལ་ཟེར་བ་དང་། ཐོད་དུ་མཁས་གྲུབ་མང་པོས་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་པའི་སེ་
ར་དུར་ཁྱོད་དང་། འབྲི་གྲང་གི་དུར་ཁྱོད། ཁམས་སྤྱོགས་སུ་གོང་སྤུལ་ཡོན་
ཏན་རྒྱ་མཚོས་བརྒྱབས་པའི་རི་མོ་མདོའི་དུར་ཁྱོད་བཅས་དམིགས་བསལ་
ཅན་མང་པོ་ཡོད་པ་རེད། དེར་དུས་གསེར་རྟ་ན་སྤྱང་སྐར་གྱིས་དུར་ཁྱོད་
གསར་པ་ཞིག་བཟོས་པ་དེ་སྤར་དང་མི་འདྲ་བའི་དྲིལ་བརྒྱགས་མང་པོ་ཞིག་
བྱས་སྐབས། ལྟར་པ་མང་པོ་ཞིག་གིས་སོ་སོའི་པ་མ་གྲོངས་པ་དང་ལྟར་པོ་
གསེར་རྟར་བསྐྱེལ་བའི་ལྷགས་སྤྱི་ཚོགས་འདུག །འདི་ནི་ཐོད་ཀྱི་ཆིས་རིག་
གི་ལྟར་དང་འགལ་བ་ཞིག་རེད། ཆིས་གཞུང་ལྟར་ན། རྩོ་རིགས་ངན་པ་
རྣམས་རང་ལྷལ་ནས་སྤྱད་དགོས་པ་དང་། རྩོ་གཡང་དང་ལྡན་པ་རྣམས་རང་
ལྷལ་དང་། འགའ་ཞིག་རང་བྱིས་ལས་བརྒྱལ་མི་ཅུང་ཞེས་གསུངས་ཡོད།
དཔེར་ན། ཤ་ཡ་མིད་འཆུས་མརྩོ་རྩོ་གསུམ། །རྟ་སྤང་སྤགས་གདུམས་རྩལ་

བསྐྱར། ཞེས་པ་དང་། རབ་ཆད་དཀར་ནག་ཁྲ་གསུམ་ལས་རབ་ཆད་ནག་
 བོའི་རོ་དེ། རང་ཡུལ་དུ་མི་བཞག་པ་ལ་དགུ་ལུང་དགུ་བཀལ་ནས་བསྐྱལ་
 དགོས་ཞེས་དང་། བཀྲ་རོ་ཞེས་པ་བཀྲ་ཤིས་པའི་རོ་ཡིན་ན་རང་ཡུལ་ལས་
 མྱིར་ཕུད་ན་ཡུལ་གྱི་གཡང་ཉམས་པ་དང་། རང་གི་བྱིམ་ལས་མྱིར་ཕུད་ནས་
 བྱིམ་གཡང་ཉམས་ཤིང་ཡོད་སྟབས་རོ་རིགས་དེ་དག་རང་ཡུལ་ལས་མི་
 བཀལ་བའི་སར་བཞག་དགོས་ཤིས་གསུངས། ཞིབ་པར་རྩིས་གྱི་མ་དཔེ་འདིར་
 བཞག་ཡོད་པ་དེར་གཟིགས། རང་ཡུལ་ནས་གཞན་དུ་བསྐྱལ་དགོས་པའི་རོ་
 དེ་བཀྲ་མི་ཤིས་རོ་རེད། དཔེར་ན། ཡོང་སྐྱགས་ཞ་འོན་གཞན་ཡུལ་བསྐྱལ།
 ཞེས་གསུངས་ཡོད་པ་རེད། དེར་དུས་པ་མེས་ཤི་བའི་ཕུང་པོ་རྣམས། ལ་ལུང་
 མང་པོ་བཀལ་ནས་གསེར་རྩྭ་བསྐྱལ་ཡས་འདི་བོད་གྱི་སྟོལ་རྒྱུན་རིག་གནས་
 དང་འགལ་བ་དང་། པ་མེས་ལ་གུས་བཀུར་མེད་པ་ཞིག་ཆགས་ཡོད་རེད།
 ཕུང་པོ་ས་མཐར་བསྐྱལ་བ་འདི་བོད་གྱི་སྟོལ་རྒྱུན་རིག་གནས་འབྱུང་རྩིས་གྱི་
 དགོངས་པ་དང་འགལ་བ་ཞིག་རེད། དེ་རིང་ཚུད་པའི་ནང་དུ་མི་ཞིག་གིས་
 ཁོ་རང་གསེར་རྩྭ་ནས་ཡིན། དུར་ཁྲོད་ནང་དུ་རོ་བཞག་མི་བརྒྱུ་པའི་གནས་
 ཚུལ་རྩ་བ་ནས་མེད། ཅེས་མཆན་བྱ་བྱིས་འདུག །རོ་དུར་དུ་འཕེན་པ་ལ་
 དཀའ་ངལ་ཡོད་མེད་ནི་མི་ཤིས། མི་འཆི་བའི་བསྟོ་རྟེན་འབྲལ་བ་དཀའ་ངལ་
 མང་པོ་བྱེད་ཅིང་འདུག་ཟེར། འདི་གོགས་པོ་ཞིག་གི་མ་རྒྱུ་གོངས་ནས་བསྟོ་
 བརྟེན་ཕུལ་སར་འགོ་སྐབས། ཁོ་ཆོའི་གྲ་པ་འགའ་ཞིག་གིས་སྒྲུག་གྲ་དང་
 ཤོག་བྱ་བྱིར་ནས་སླེབས་བྱུང་ཟེར། ཁྱོད་རང་གིས་དགེ་བརྒྱུད་ཀྱི་བྲིམས་ལས་
 འདི་དང་འདི་མ་བསྐྱུང་ན་ང་ཆོས་བསྟོ་བརྟེན་ལེན་བགྱི་མིན་གསུངས་བྱུང་
 ཟེར། དེ་ནས་ཁོས་དགེ་བརྒྱུད་ཀྱི་བྲིམས་དེ་དག་ང་རང་གིས་དུས་རྒྱུན་དེ་ལས་
 འགལ་བ་འདྲ་པོ་བྱེད་མ་ཅུང་། འོན་ཀྱང་ཉེ་བ་དང་སྐྱུན་མཆེད་ཆོས་དེ་རྩྭ་
 བསྐྱུང་བ་ཁས་ལེན་ཐུབ་ས་མ་རེད། ཅེས་བཤད་ནས་ཁོ་རང་གི་གོགས་པོ་
 སྤར་གསེར་རྩྭ་ལ་འགོ་བྲིད་བསྐྱུང་ཅུང་པ་ཞིག་རེད། དེ་ལ་ཁ་པར་ཞིག་བཏང་
 ནས་གནས་ཚུལ་བཤད་རྗེས། ཁོང་གིས་ཁོ་ཆོ་ལ་ཁ་པར་བཏང་བའི་རྒྱུན་གྱིས།

ཚོས་ལུགས་བརྗོད་པས་འཆོ་བ་ལ་ཕན་ཐོགས་གང་ཡང་མེད།

2020.12.25

༡ ངས་ཚོས་གྱི་རིག་གཞུང་ལ་1970-1986 ལོའི་བར་སློབ་སྦྱང་བྱས་པ་ཡིན།
མདོ་སྤགས་གཉིས་ཀར་སྦྱངས་པ་གང་འཆམས་ཤིག་སྦྱངས་ཐོང་། གཞུང་
བཀའ་བོད་ལྷ་ཚང་མ་ལ་བལྟ་ཐོང་། གནས་ཚུལ་ཏ་གོ་ནས་བཤད་གྱིན་ཡོད།
༢ རང་ཚོས་ནི་ཚོས་ལུགས་གཞན་དང་མི་འདྲ་བ་མཚན་ཉིད་རིག་པའི་གཞུང་
ལུགས་ཤིག་རེད། 哲学, Philosophy. ཟེར་བ་དེ་རེད། དེ་ནི་རིག་གཞུང་
སྤྱིའི་སློམ་གཞི་ཞིག་རེད། དོན་དངོས་ལ་དབྱ་ཕར་འདུལ་མཛོད་བཞི་པོ་དེ་
བྱང་ཚུབ་པ་ཞིག་བྱང་ནའང་སྤྱི་ཚོགས་ལས་ཀའི་ནང་དུ་བེད་སྤྱོད་གང་ཡང་
མེད་པ་ཞིག་རེད།

༣ ཚོས་གྱི་ལྟ་བ་དེ་གཅིག་ལ་ཡང་དག་པ་དང་། གཅིག་ཤོས་ལ་མ་དག་པ་
རེད་ཟེར་སྟེ་ཀྱང་ཁ་ཆོན་གཙོད་མི་རུས། གང་ཞེ་ན། ཚོས་གྱི་རིག་གཞུང་
ཟེར་བ་དེ་ཚོས་ལུགས་སོ་སོའི་དོན་ནས་རང་ལུགས་དེ་ཡང་དག་པ་ཡིན་པ་
དང་། གཞན་པ་དེ་ལ་སྒྲོན་གང་སྟབ་བཅལ་བ་ནི་ཚོས་ལུགས་པ་སྤྱིའི་གནས་
ཚུལ་ཞིག་རེད་ལ་བོད་ཀྱི་ནང་ཚོས་པ་ནམས་ཀྱང་དེ་ལས་མ་འདའ་བ་ཞིག་
རེད། ཚོས་ལུགས་དེ་དད་པའི་རྗེས་འབྲང་རེད། བདེན་པའི་རྗེས་འབྲང་མ་
རེད། དེས་ན་ང་རང་ཆོ་མི་སྐྱེ་ནམས་ཚོས་ལ་དད་པ་ཡོད་ན་ལས་རྒྱ་འབྲས་
སྦྱངས་དང་དེ་ལས་ལྷག་ཚོད་པ་དགོས་དོན་མི་འདུག །

༤ ཚང་མས་ཚོས་ལུགས་ཤ་སྟག་བཤད་པ་ནི། སྤྱི་ཚོགས་གྱི་ཉམས་ཐོང་དང་།
ལས་ཀའི་འཛོན་ཐང་གཉིས་ཀ་མེད་ཉགས་རེད། བོད་རིགས་ལས་གཞན་པ་
སྒྲོན་ཐོན་མི་རིགས་སྟེ་ཀྱང་ཚོས་བཤད་ཁོ་ན་བྱེད་མཁན་མཐོང་མ་ཐོང་།

༥ ཚོས་ལྷགས་བཤད་མཁན་ནི་ཀོ་ཁྱག་དང་འདྲ་བ་ནང་ལ་གང་སྟོངས་གང་
ཡིན་མི་མཐོང་བ་ཞིག་རེད། ཀོ་ཁྱག་ཐིག་པོ་ཞིག་མཐོང་ན་དེའི་ནང་དུ་དངོས་
རྒྱས་ཡོད་མེད་ཏེ་གོ་ཐབས་མེད་པ་ཞིག་རེད།



༦ དྲ་བའི་ཐོག་དུ་རང་རང་གི་ལས་ཀའི་བྱ་བ་འབྲས་གང་ཐོབ་དང་། རྒྱུད་
གུད་གང་བྱུང་སོགས་བཤོ་སློང་བྱས་ན་དེའི་ཉམས་རྒྱུད་གིས་གཞན་ལ་སན་
ཐོགས་སྤིད།

༧ ཚོས་ལ་དད་པ་ཡོད་ན་ལྷ་ལ་གསོལ་འདེབས་གིས། ལས་རྒྱ་འབྲས་སྤངས།
བསམ་པ་བཟང་པོ་གིས་དང་འགྲིག་ཚར་པ་རེད། ཚོས་ལྷགས་བྱུ་བ་མཐའི་ཆེད་
དུ་ཁ་ཚོད་མ་བྱེད། ལྷ་ཚོས་རྒྱུད་ཟེར་བ་དེ་མི་ལ་སྤང་རྒྱུ་བྱེད་མཁན་རེད།
མི་ཡིས་ལྷ་ལ་སྤང་རྒྱུ་བྱ་དགོས་ན་ལྷ་ཚོས་རྒྱུད་ཟེར་བ་དེ་མི་དམངས་ཀྱི་
ཁུར་པོ་ཞིག་ཆགས་ཚར་པ་རེད། ང་ཚོ་ལ་སན་ཐོགས་མེད་པའི་དཀའ་ངལ་
དང་ལས་འགན་ཐད་པ་ཞིག་དགོས་དོན་མི་འདུག །

མི་དུ་ཆོས་འབྱུང་གི་འབྱུངས་སྐར་ལ་ཇེས་བྱས་ཏེ།

ཨ་ལོ་གྲོང་དུ་རིག་པའི་རང་ཚུལ་ཚོགས། །
 ཆེ་ཆུང་གཙུགས་སུ་ཞབས་གྱི་སེམས་སྤངས། །
 ལཱ་རིག་སྤང་བས་བོད་ཁམས་གསལ་བར་བྱས། །
 ལུས་པའི་སྤང་དུ་བསྟན་པའི་ཉིན་བྱེད་འབྱུངས། །

ཁྱོད་སྐྱེ་བོད་ཆེན་ལྡངས་སུ་སྤང་བ་དང་། ① །
 ལྷ་ཡི་སི་དུའི་མཆོད་རབ་གསལ་བ་དང་། །
 བདེ་གཤེགས་ཀྱན་གྱི་རོལ་པར་ངེས་པ་རྣམས། །
 གཏུལ་བྱའི་དབང་པོའི་ལམ་དུ་དུས་གཅིག་ཞུགས། །



ཁོར་སོག་འཛིགས་པའི་དམག་གིས་བོད་ཁམས་བཙོམ། །

① མོ་ལོ་ཀ་འདི་དཔོན་ཀམ་ངེས་ལེགས་གྱིས་མཆོད་པའི་སི་དུའི་སྐྱེ་བལྟོད་ལས་བྱངས།

དུགས་བརྒྱད་བསྟན་པ་རྒྱལ་རིའི་ཕག་རྩ་སྤྱེལ། །
བཀའ་དཔོན་ཕལ་ཆེར་བྲན་རྩ་གྱུར་པའི་རྩམ། །
སེར་འབྲས་ཁྱི་ལ་སི་རྩ་པར་ཆེན་འབྱིངས། །
མི་དབང་པོ་ལྟས་གསེར་གྱི་དབྱེས་ཞལ་གཟིགས། །
མདོ་ཁམས་ཞབས་རྒྱང་ཙན་པན་ཞབས་ཀྱིས་སྤངས། །
པོད་ཁམས་ཡོངས་ལ་བདེ་སྤྱོད་བསྟན་པ་སྤྱེལ། །
ཐུ་མི་གཉིས་པ་ཆོས་ཀྱི་འབྱུང་གནས་གསལ། །

འཕགས་ལུལ་མཁས་པས་པར་ཆེན་མཆོན་གྱིས་བསྟོད། །
ལེགས་སྐྱར་སྤྱད་གྱིས་ལྷང་རིགས་དག་ཐེར་གནང་། །
མདོ་སྐགས་དྲི་མེད་པོད་རྩ་སྤྱེལ་བ་ལ། །
ལཱ་རིག་སྤོབ་སྤྱིང་དཔལ་སྤྱངས་རྒྱན་རྩ་བསྐྱུན། །

ཟབ་མོ་ལྟ་བ་རྒྱ་ཆེན་སྤྱོད་པའི་གཞུང་། །
ཤིང་རྩ་གཉིས་ཀྱི་ལམ་སྤོལ་རི་བཞིན་རྩ། །
བསྐྱབ་གསུམ་རྣམ་དག་ཕྱག་ལེན་སྤེལ་བ་ལ། །
སྤྱ་ཐོགས་རྣམ་གཉིས་སྤར་ཡང་ཕྱོན་པ་བཞིན། །

སྤྱ་གསུམ་རང་ཤར་དག་པའི་སྤར་ཆ་དང་། །
བདེ་དྲོད་རང་འབར་ལུས་ཀྱི་ཉམས་འགྱུར་སོགས། །
ཐེག་པའི་ཡང་ཆེ་མར་ཤངས་རྒྱད་སྤེའི་གཞུང་། །
སྤྱབ་པའི་རྒྱལ་མཆོན་མདོ་ཁམས་ལུལ་རྩ་བསྤྱེངས། །

བྱར་ལུགས་གསོ་རིག་སྤར་ལུགས་ལྟ་རིས་དང་། །
མཚུར་ལུགས་ཅིས་རིག་རྒྱ་པོད་སྤྱ་བསྐྱུར་སོགས། །

ཐུན་མོང་རིག་པའི་རྒྱ་མཚོའི་གཏེར་མཛོད་ཆེ།
མདོ་ཁམས་སྡེ་དགའི་ཡུལ་འདིར་དལ་གྱིས་བསྐྱེལ།

འབྲུངས་སྐར་ཕྱིར་དོར་འདས་སྐར་གཡང་དུ་ལེན།
མི་ཡི་མཛད་བཟང་ལྟ་ཡི་སྤྱང་དུ་བསྐྱར།
རིག་པའི་དཔལ་པོ་ཚོངས་པའི་གོས་གྱིས་གཡོག།
སྟོལ་ངན་བོད་ཀྱི་ལྷགས་འདི་བསྐྱར་ན་ལེགས།

བྱི་གཏེར་གཡོ་རྩུན་སྤྲ་མའི་ཡོན་ཏན་སྟོགས།
བསམ་ཤེས་བཞིན་དུ་སྡེ་འབངས་མགོ་བོ་བསྐྱོར།
ཐུབ་པའི་བཀའ་བྲིམས་བྱི་ལུང་བཞིན་དུ་དོར།
སྟོལ་ངན་སྤྲ་རྩུན་ལྷགས་འདི་སྤང་ན་ལེགས།

མཁས་བཙུན་བཟང་པོའི་རྣམ་ཐར་དར་བཞིན་འཐུར།
ཕན་བདེའི་མཛད་སྤྱོད་རྒྱང་བསྐྱགས་བཞིན་དུ་སྟོགས།
བྱམས་བཅེའི་བཀའ་དྲིན་སྦྱིང་གི་དཀྱིལ་དུ་བཅངས།
བརྒྱད་པའི་བྱིན་རྒྱབས་དམ་ལྷན་བུ་ལ་འབྱུང་།

རབ་འབྲུམས་རྒྱལ་བ་རྒྱ་མཚོའི་རིགས་ཀྱི་བདག ①།
དཔལ་ལྷན་སྤྲ་མ་རྩེ་བཙུན་བཅེ་བའི་གཏེར།
རྒྱལ་མཚོག་ཚོས་ཀྱི་འབྱུང་གནས་དམ་པ་ཡིས།
སྐྱེ་བ་ཀུན་དུ་རྩིས་སུ་འཛིན་ཐུར་ཅིག།

① མོ་ལོ་ཀ་འདི་སི་དུའི་ཚོས་འབྱུང་གསལ་འདེབས་ལས་དྲངས།

ཅེས་སི་ཏུ་ཚོས་ཀྱི་འབྲུང་གནས་སྐྱུ་འབྲུངས་པ་ལ་འཁོར་ལྷག་པའི་རྩེས་དྲན་གྱི་སྒྲོན་
དབྱངས་འདི་ནི་སྤྲོ་རང་གིས་བྲིས་པའི་སི་ཏུ་ཀྱི་བཞུད་འགའ་ཞིག་ལ་འབྲི་སྒྲོན་ཅུང་
ཟད་བྱས་ཏེ། ས་ཀྱི་མགོ་ཟླའི་ཚེས་༡༧ཉིན། རྒྱལ་ཁབ་ས་པ་ཐུབ་བསྟན་ཐུན་ཚོགས་དེས་རྒྱ་
ནག་ཁོང་ཏུ་འོ་གོ་གི་སྒྲོ་ཅུབ་མི་རིགས་སློབ་གྲྭ་ཆེན་མོའི་རང་ཤག་ནས་སྤྱོད་པ།



2021 ལོའི་ཚུམ་ཡིག་ཐོར་བ།

སྐུ་མཆན་གཉིས་པོ་དག་སྤྱོད་མ་ཡིན་པའི་རྒྱ་མཆན།

2021.1.22

ཐོད་རིག་པ་སྤྱི་བཤད་སྤྱིར་རུ་བཞུགས་པའི་བླ་སྟོན་ཡོངས་ལ་ཁུ་བར།
 དེ་རིང་ངག་གི་དབང་ཕྱག་རེད་གཉིས་ཀྱི་ཚོད་པ་ལས་འཕྲོས་ཏེ་གྲུ་ལོག་
 གསུམ་གྱིས་བན་དེ་དང་། རབ་བྱུང་། དག་སྤྱོད་རྣམས་དོན་གཅིག་མིང་གི་
 རྣམ་གྲངས་ཙམ་ཡིན་པའི་སྒྲོར་ལབ་སྤྱོད་བཞིན་ཡོད་པ་འདི་ལ་གསལ་
 བཤད་ཅིག་མ་བྱས་ན་མི་མང་པོ་ཞིག་ལས་ལོག་པའི་ནང་རུ་བྱིད་སྤྱིད་པ་རེད།
 སྤྱི་བཤད་དེང་སང་གི་ལྟ་བ་དང་། བཤད་སྒྲོལ་ལ་བརྟེན་ནས་གནའ་རུས་ཀྱི་
 ལོ་རྒྱུས་དང་། ཐ་སྦད་སྒྲོར་ལ་འགྲེལ་བཤད་བྱེད་པ་ནི་ལྷན་ཅུགས་ཤིག་རེད།
 ཐམས་ཅད་གྱིས་ཤེས་དགོས་པ་ཞིག་ལ། དེང་སང་གི་བན་དེ་ཟེར་བ་དང་
 གནའ་པོའི་རུས་ཀྱི་བན་དེ་གཉིས་མོ་དོན་གཅིག་མ་རེད། ཐོད་བཅན་པོའི་
 སྐབས་ཀྱི་བན་དེ་ཟེར་བ་དེ་ཡོན་ཏན་ཅན་གྱི་སྤྱོད་པོ་གང་ཞིག །རྒྱ་གར་ནས་
 བྱུང་བའི་སངས་རྒྱས་ཆོས་ལུགས་ལ་དད་པ་བྱེད་མཁན། བན་པོའི་ཆོས་
 ལུགས་ལ་དད་པ་བྱེད་མཁན་ལས་གོ་སྟོག་པའི་མི་སྣ་ཞིག་མཆོན་བྱེད་ཡིན་
 པའི་གནའ་པོའི་ཡིག་ཆ་ང་མང་པོ་ལས་གསལ་བ་ལྟར། ད་ལྟ་བན་དེ་ཟེར་ན་
 གྲུ་པ་རབ་རུ་བྱུང་བ་ཞིག་གི་གོ་དོན་ཆགས་པ་རེད། རུས་རབས་མི་འདྲ་བ་
 ལ་མིང་གི་གོ་དོན་མི་འདྲ་བ་བྱུང་བ་རེད། ཐོད་བཅན་པོའི་སྐབས་སུ་བན་དེ་
 ཟེར་བ་རབ་བྱུང་མ་ཡིན་པའི་ལུང་རིགས་མང་པོ་ཡོད་རེད།
 * རྒྱ་མཆན་དང་པོ། རྒྱལ་པོ་བྲི་སྤྱོད་ལྡེའུ་བཅན་གྱིས་རྒྱ་གར་གྱི་རབ་བྱུང་
 ལྟར་ཐོད་ཀྱི་མིས་སྟོན་པ་སྤྱང་སྤུབ་དང་མི་སྤུབ་ཉམས་སད་པའི་ཆེད་རུ་སྟོག་
 མར་མི་བདུན་རབ་རུ་བྱུང་བ་ལ་སང་མི་མི་བདུན་རབ་རུ་བྱུང་ཟེར་བ་ལས།

སད་མི་མི་བརྟན་བན་དེ་བྱས་གསུངས་པ་མ་མཐོང་།

༥ རྒྱ་མཚན་གཉིས་པ། ལོ་རྒྱུས་ལ་རྒྱས་ཚིད་དགོས། གང་ཟག་མི་ལ་མི་ཚོ་
དགོས། ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་རྒྱས་ཚིད་དང་མི་ཚོའི་མཛད་སྤྱོད་གཉིས་རྒྱས་ཚིད་ལྟ་བུ་ག་
དགོས་པ་རེད། རྒྱས་ཚིད་གྲང་མ་འགྲིགས་ན་རྒྱང་ཡིན་པ་ལས་ལོ་རྒྱུས་མིན།
དཔེར་ན། པོད་ཀྱི་བླ་མ་ཚོས་ཚོས་བཤད་སྐབས་སུ་ས་སྐྱ་པའ་ཆེན་དང་འབྲུག་
པ་ཀུན་ལེགས་གཉིས་ཚོས་ཚིད་བྱས་པའི་རྒྱང་མང་པོ་གསུང་སྟོལ་ཡོད་རེད།
དོན་རྒྱ་ཁོང་ནམ་གཉིས་ཀྱི་བར་ལ་ལོ་ངོ་སུམ་བརྒྱ་སྟོར་ཞིག་གི་བྱང་པར་ཡོད་
རེད། པོད་ཀྱི་ཚོས་ལུགས་པས་དོན་དངོས་དང་མི་མཐུན་པའི་དོན་རྒྱུན་མང་
པོ་ཞིག་རང་འདོད་ལྟར་བཤད་སྟོལ་དེ་ལྟ་བུ་མང་པོ་ཡོད་རེད། བླ་མ་མཁས་
པ་ཚོ་དེ་ལྟར་གསུང་མཁན་ཡོད་མ་རེད། བླ་མའི་མིང་ཡོད་པ། རྒྱན་པོ་ཡོན་
ཏན་མེད་མཁན། རྒྱན་རྒྱ་གོང་གསེབ་ཀྱི་ཆ་ཆས་ནམས་ལ་འདི་ལྟ་བུའི་མགོ་
ཚིངས་བྱེད། རྒྱས་ཚིད་ཡོལ་བྱེད་ཀྱི་སྐད་ཆ་མང་པོ་བཤད་ཅིང་རྒྱས་འདའ་བ་
བྱེད་ཅིང་ཡོད་པ་རེད། ཁོང་ཚོས་གང་དུན་ཚོས་བཤད་དང་འབྲེལ་ནས་བཤད་
པའི་སྐབས་སུ་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་རྒྱས་ཚིད་དང་གང་ཟག་གི་མི་ཚོ་ཟེར་བ་དེ་དག་ཏ་
ལམ་སྟོ་ཡུལ་རྒྱ་འཆར་ཞིང་མེད་པ་རེད། ངས་འདིར་རྒྱལ་པོ་ཁྱི་སྟོང་ཕྱེའུ་
བཅའ་སྐབས་ཀྱི་མཛད་སྤྱོད་སྟོར་ཀྱི་རྒྱས་ཚིད་རེའུ་མིག་ཅིག་བཀོད་ཡོད། དེ་
གཟིགས་དང་རབ་རྒྱ་བྱང་བ་ལ་མཐུན་རྒྱུན་མང་པོ་ཡོད་པ་ལྟ་ཅི། རྒྱས་ཚིད་
ཁོ་ནའི་དོས་ནས་ཆ་རྒྱུན་གང་ཞིག་ཚིང་དགོས་པ་དེ་ལ་གཟིགས་དང་སྐྱ་ཅོག་
གཉིས་པོ་རབ་བྱང་ལྷན་ཡོད་མེད་ཤེས་སྟེ།

ལོ་རྒྱུས་ཡིག་ཚང་ཁག་གི་སྤྱིར་པོ་མདོར་བསྟུས་ན། བསྟན་པ་སྒར་དར་
སྐབས་སུ་རྒྱལ་པོ་ཁྱི་སྟོང་ཕྱེའུ་བཅའ་བྱིས། མེ་རྩ་ལོར་བསམ་ཡས་སྐྱ་བརྒྱར་
སྤྱིར་བཅུགས་ཞེས་གསུངས། མེ་རྩ་དེ་ལོ་རྒྱུས་རྒྱས་ཚིད་དང་བསྟན་ན་སྤྱི་ལོ་
༡༥༤ ལོར་ཡིན་དགོས། སྐབས་དེར་སྟོབ་མའི་གངས་དང་མིང་སྟོ་ལོ་རྒྱུས་ཡིག་
ཚང་དག་རྒྱ་འཁོད་ཡོད་ལ། ལྷག་པར་རྒྱ་པར་བཀའ་ཐང་རྒྱ་ཁ་གསལ་པོའི་
གངས་དང་མིང་སྟོ་བཅས་ཡོད་པ་དེ་དབྱེད་གཞི་བྱ་རུང་བ་ཞིག་རེད། དེ་

ནས་ལོ་དྲུག་པ་ཚུ་གྲང་ལོར་ཨྱི་ལོ་༡༧༩༥ལོར། ཅན་རོས་གསང་སྤགས་ཨྱི་རྒྱུད་
 དང་། བེ་རོས་ནང་རྒྱུད་བརྒྱུར་འགོ་བཅུགས། སྐབས་དེར་རྒྱ་གར་གྱི་པ་རྟེན་
 རེ་དང་བོད་གྱི་ལོ་རྒྱུ་བ་རེ་ལྟན་ཏུ། རྒྱལ་བའི་བཀའ་བསྟན་རྣམས་བརྒྱུར་འགོ་
 འདི་ནས་བཅུགས་པ་ཤེས་ཐུབ། སྐབས་དེར་ཡིག་བརྒྱུར་བྱེད་མཁན་ཚང་མ་
 མི་རྒྱ་རེད། རུས་དེར་བོད་ལ་རབ་བྱུང་གཅིག་ཀྱང་ཡོད་མ་རེད། དེ་ནས་ལོ་
 གཉིས་པ་ཤིང་ཡོས་ལོར་ཨྱི་ལོ་༡༧༩༥ལོར་སང་མི་མི་བརྟན་རབ་ཏུ་བྱུང་བ་རེད།
 དེའི་ནང་ལ་བེ་རོ་རྩ་ན་ཡོད་པ་རེད། བོད་ལ་རབ་བྱུང་དང་། དགོ་སྒྲོང་ཟེར་
 བ་དེ་ཐོག་མར་བྱུང་བ་རེད། ཐོག་མར་མི་བརྟན་ཡོད་པ་ལས་གཅིག་བེ་རོ་རྩ་
 ན་རེད། ལོ་རྒྱུ་བའི་ནང་རུ་རབ་བྱུང་ཐོག་མ་དེའང་ཁོང་རེད། ལོ་རྒྱུ་བ་དེ་
 དག་ལས་རབ་བྱུང་མེད་དེ་རབ་བྱུང་གི་ཐོག་མ་སང་མི་མི་བརྟན་ཡིན་པའི་
 ཨྱིར། ལོ་རྒྱུ་བ་དེ་དག་བན་དེ་ཡིན་ཏེ། ཁོང་རྣམས་རྒྱ་གར་གྱི་ནང་པའི་ཆོས་
 ལུགས་པ་ཡིན་པའི་ཨྱིར་ཏེ། བོན་པོའི་གྲུབ་མཐའ་ལས་ལྷོག་པ་ཡིན་པའི་ཨྱིར།
 སྐ་ཅན་རྣམ་གཉིས་རུས་དེར་ལོ་རྒྱུ་ཡིན་ཏེ་སྐ་བརྒྱུར་སྤྱིང་གི་སྒྲོབ་མ་ཡིན་པའི་
 ཨྱིར། ཁོང་རྣམ་གཉིས་སྐབས་དེར་རབ་བྱུང་མིན་ཏེ། སང་མི་མི་བརྟན་ནང་
 ཏུ་མེད་པའི་ཨྱིར། དེ་ནས་ལོ་ལྔ་པ་ལྷུགས་སྤེལ་ལོ་ཨྱི་ལོ་༡༨༠༠ལོར་ཁྱི་རྩོང་ཕྱེ་
 བཅན་སྤྱིད་ཁྱི་ལས་རྒྱུར་རུ་བཞུགས་ཤིང་། ལུ་ནེ་བཅན་པོ་རྒྱལ་མར་བསྐྱེས།
 ཁོང་གིས་མཛད་སྤྱོད་གཙོ་བོ་རྒྱ་གར་གྱི་ཆོས་གཞུང་བོད་སྐད་ཏུ་བརྒྱུར་ཁོང་
 དར་སྤེལ་གནང་བ་རེད། དེ་ནས་ལོ་རྒྱུ་བ་མང་པོ་ཞིག་གིས་རྒྱ་གཞུང་བོད་ཏུ་
 བརྒྱུར། ལུ་སྟོན་ཆོས་འབྱུང་ལྟར་ན་ས་འབྲུག་ཨྱི་ལོ་ ༡༨༠༠ ལོར་ཁྱི་རྩོང་ཕྱེ་
 བཅན་གྱིས། ཨྱི་ལོ་༡༧༩༥ནས་༡༨༠༠བར་ཏེ་ལམ་ལོ་བཅུ་བརྟན་ཅམ་ལ་རྒྱ་གར་
 གྱི་པ་རྟེན་དང་། བོད་གྱི་ལོ་རྒྱུ་བ་རྣམས་རྒྱུང་འབྲེལ་གྱིས་བརྒྱུར་བའི་དཔེ་
 ཆོགས་རྣམས་གྱི་དཀར་ཆགས་ལྟན་དཀར་མ་ཞེས་པ་དེ་བསྒྲིགས་པ་རེད། ལུ་
 སྟོན་ཆོས་འབྱུང་ལས། འབྲུག་གི་ལོ་ལ་ལོ་བྱང་ལྟན་དཀར་ན་བཞུགས་པའི་སྐ་
 རྒྱུར་གྱི་བརྟེན་དཔལ་བཅེགས་དང་། བརྟེན་སྤྱི་དབང་པོ་ལ་ལོགས་པས་བོད་
 ཁམས་སུ་དམ་པའི་ཆོས་འབྱུར་རོ་འཛལ་གྱི་མཚན་བྱང་བམ་པོ་དང་ཤོ་ལོ་

གའི་གངས་སུ་མཆིས་པ་གཏན་ལ་ཕབ་ནས་དཀར་ཆག་ཏུ་བྱིས་སོ། །ཞེས་
དཀར་ཆག་ལྷན་དཀར་མ་བསྐྱེགས་སྐབས་སྐྱེའོག་ནམ་གཉིས་བན་དེ་ཡིན་པ་
གསུངས་པ་ལས་དགེ་སློང་དང་རབ་བྱུང་ཡིན་པར་མ་གསུང་། སད་མི་བདུན་
རབ་ཏུ་བྱུང་བའི་རྗེས་སུ་ལོ་བརྒྱ་སྟོར་ཞིག་ན་ཐངས་གཉིས་པ་རབ་བྱུང་ཞུ་
མཁན་ཞིག་བྱང་ཡོད་པའི་སྟོར་ད་བར་ལོ་རྒྱུས་ཡིག་ཚང་གཅིག་ལའང་ལོད་
ཡོད་པ་མ་མཐོང་།

༥ སད་མི་མི་བདུན་རབ་ཏུ་མ་བྱུང་བའི་ཁོང་ཏུ་བན་བོན་དབྱེ་བའི་ཐ་སྟོད་
ཏུ་བན་དེ་བེར་བ་ཡོད་པའི་སྟོར། རཁས་པ་ལྷེའུས་མཛད་པའི་ཆོས་འབྱུང་
ལས། སད་མི་བརྒྱ་གསུམ་རབ་ཏུ་བྱུང་ཞེས་པ་ནི། དགེ་སློང་ལ་སྤྲ་བ་སྤྱི་བན་
རྟེན་གཉིས་ཏེ། སྤྲ་གསལ་སྤྱང་། སྤྲ་གསལ་སྤྱར་གཉིས་སོ། །བརྒྱན་པ་ལ་སྤྲ་བ་
ངན་ལམ། ལྷ་ལྟང་དཔལ་གྱི་དོ་རྟེན་སྟོ་ལ་རིན་ཆེན་དང་། ལ་གསུམ་རྒྱལ་བ་
བྱང་ཆུབ། རཁས་པ་བེ་རོ་ཅ་ནའོ། །ཞེས་དགེ་སློང་ལ་སྤྲ་བ་སྤྱི་བན་དེ་གཉིས་
ཞེས་པ་སྐབས་དེར་དགེ་སློང་མ་ཞུས་པའི་སྟོན་ལ་བན་དེ་ཞེས་འབོད་སྟོལ་
ཡོད་པར་གསལ། དེ་བཞིན་ཏུ་ཆོས་འབྱུང་མཁས་པའི་དགའ་སྟོན་ལས། ཐ་
བཞེད་ཀྱི་ལུགས་གཙོ་བོར་བབྱང་སྟེ་ལོ་རྒྱུས་ཆེན་མོ་ལས་ཀྱང་། དགེ་སློང་སྟོན་
པ་སྤྲ་བ་ཐ་ཡི་བརྟེན་གཉིས། །བརྒྱན་པའི་རབ་ནི་ངན་ལམ་ལྷ་ལྟང་གཉིས། །སྟོ་
རྟོ་རབ་མཚོག་མ་བན་རིན་ཆེན་མཚོག་ །ཐོས་པ་ཆེ་རབ་ལ་གསུམ་བྱང་ཆུབ་
རྒྱལ། རཁས་པའི་ཡང་རབ་བེ་རོ་ཅ་ན་ཡིན། །ཞེས་ཐ་བཞེད་ཀྱི་དྲུག་པོའི་སྟོང་
ཏུ་ལྷ་ལྟང་རབ་འབྱོར་དབྱངས་བསྒྲན་པ་ལ་སད་མི་བདུན་དང་། དེའི་ཁར་ན་
སྤྱ་མཐུའི་རབ་ནི་ནམ་མཁའ་སྟིང་པོ་སྟེ། །བསོད་ནམས་ཆེ་རབ་བྱི་སྟོང་ལྷེ་
བཅན་ཡིན། །ཞེས་དེ་གཉིས་བསྒྲན་པས་བོད་ཡུལ་ན་རབ་ཀྱི་མི་དགུ་ཞེས་
འཆད་པར་སྤང་བའི་ཕྱིར་རོ། །ཞེས་གསུངས། སད་མི་མི་བདུན་རབ་ཏུ་མ་
བྱུང་བའི་ཁོང་ཏུ་རྒྱ་གར་གྱི་ནང་ཆོས་ཀྱབ་མཐའ་ལ་དད་མཁན་མཚོན་བྱེད་
བོན་པོ་ལས་ལྷོག་པ་བན་དེ་ཞེས་ཐ་སྟོད་ཡོད་པ་ལོ་རྒྱུས་དེབ་ཐེར་དག་ལས་
གསལ་པོ་རེད། བསྒྲན་པ་སྤྱི་དར་སྐབས་སུ་མར་པ་ལོ་རྩ་དང་། འབྲོག་མའི་

ལོ་ཚུ་བ། འཁོན་དགོན་མཆོག་ཀྱལ་པོ་ལ་སོགས་ཀྱི་གར་དུ་ཕེབས་ཤིང་སློབ་སྦྱོར་གནང་པའི་སྐབས་སུ་ཀྱུ་གར་བས་བོད་གྱི་བན་དེ་ཞེས་འབོད་སློབ་ཡོད་པ་ཁོང་ནམ་པའི་ནམ་ཐར་ལོ་རྒྱུས་ལ་གཟིགས་པས་ཤེས། དེས་ན་མར་པ་དང་། འབྲོག་མི་ལ་སོགས་པ་ནམས་ནི་དགེ་སློང་རབ་བྱུང་མིན་པ་སྤྱད་ཀྱང་ཤེས་སྟེ། དེ་བཞིན་དུ་དེ་བ་ཚོན་ལས། རྟིང་མའི་གཙུབས་བན་སངས་རྒྱུ་ཡེ་ཤེས་ལ་སྤྱད་དུ་ཡོད་པ་ལས་སྤྱད་གསུམ་འབངས་ཁྱེན་ལོག་གིས་བསད་ཅས་གསལ། བན་དེ་དང་དགེ་སློང་གཉིས་དོན་གཅིག་ཡིན་ན་གཙུབས་སངས་རྒྱུ་ཡེ་ཤེས་ལ་སྤྱད་ཅི་ལྟར་འབྱུང་གིད། ད་ལྟའི་བཀའ་བརྒྱུད་དང་། རྟིང་མའི་དགེ་སློང་འདི་དག་ལྟ་བུ་ཡིན་ན་མ་གཏོགས་སྐབས་དེའི་ནང་པ་སངས་རྒྱུ་པའི་དགེ་སློང་སྤྱ་བུ་ཡོད་པ་ཞིག་ཡོད་མི་སྟིད་པ་རེད། དེ་ནས་ལོ་བརྒྱུད་འདས་པའི་མེ་བྱ་ལོ་སྟེ་ལོ་༡༦ལོར་བའི་རོ་ཅ་ན་ཀྱལ་མོ་ཆོ་བ་རོང་དུ་སྤྱགས་ནས་ཁྱེན་བཀུ་མང་པོ་དང་ཀྱལ་པོ་བྱི་སློང་ཕྱེད་བཅན་འདས་པ་གསལ། དེ་ནས་ལོ་རོ་བཅོ་བརྒྱུད་འདས་པའི་རྗེས་ཀྱི་ཤིང་རྩ་ལོ་སྟེ་ལོ་༡༧ལོར་བོད་གྱི་ཀྱལ་རབས་ཞེ་གཉིས་པ་ཐུ་རྒྱལ་བཅན་པའི་ ① སྐབས་སུ་ཀྱུ་གར་གྱི་ཆོས་དཔེ་མང་པོ་བོད་ཡིག་དུ་བརྒྱུར་ཞིང་། ཡིག་བརྒྱུར་གྱི་རྩ་དོན་སྒྲ་སྦྱོར་བམ་གཉིས་པ་གཏན་འབེབས་གནང་བ་དང་། སོ་བོད་སྐད་གཉིས་ཤན་སྒྱུར་བྱེ་བཀ་རྟོག་བྱེད་ཆེན་མོ་ཟེར་བའི་ཆོག་མཛོད་ཚོམ་བརྒྱགས་བྱེད་པའི་སྐབས་ཀྱི་བརྒྱུར་ཡིག་དེ་དག་གི་མཚུག་བྱུང་དུ་བན་དེ་དཔལ་བཅེགས་དང་། བན་དེ་སྤྱ་ཡི་དབང་པོ་ཞེས་ཁྱིས་ཡོད་པ་དེ་དག་ནི་གོང་ཁྱུས་ལྟར་བན་བོན་ཐ་དད་དུ་མཆོན་བྱེད་གྱི་ཐ་སྟོན་ཅམ་ལས་དགེ་སློང་དང་རབ་བྱུང་གི་དོན་མིན།

ལོ་ཤས་ཚོན་ལ་བྱ་གོགས་སྒྲ་མ་ཞིག་གིས་དེར་དུས་བོད་ལ་ཡོད་པའི་ནང་ཆོས་ཀྱི་རིག་གཞུང་འདི་དག་ང་ཆོ་སྒྲ་མ་གྱི་པའི་མཛོད་རྗེས་དང་བཀའ་རྟོན་རེད། བྱིད་རང་ཆོ་སྒྲ་པའི་རིགས་ལ་ལག་རྗེས་ཅི་ཡོད། ཅས་སྒྲན་པའི་ཏམ་

① འདི་ལ་མཆོན་གཞན་བྱི་ཕྱེད་སློང་བཅན་དང་། སང་ན་ལེགས་མཛོད་ཡོན་ཡང་ཟེར།

བཤད་དེ་ལ་ངས་ལན་གསལ་པོ་ཞིག་ཕྱལ་ཡོད། བསྟན་པ་སྒར་དར་སྐབས་སུ་
 པོད་ཀྱི་སྤྱི་འཕྲོར་རིག་གསུམ་ལ་མཛད་རྗེས་ཆེ་བ་ཚང་མ་སྐྱུ་པོ་ཡིན་པ་ལས་
 དགེ་སློང་དང་རབ་བྱུང་པལ་ཆེར་མེད། པོད་བཅན་པོའི་སྐབས་ཀྱི་བསྟན་པ་
 སྒར་དར་ཟེར་བའི་རྣམ་སྐབས་དེར། རྒྱ་གར་གྱི་ཚོས་དང་རིག་གཞུང་པོད་ཡིག་
 ཏུ་སྐྱུར་མཁན། པོད་བཅན་པོའི་མཐའ་བསྐྱོར་གྱི་རྒྱལ་སྐད་མང་པོ་ལ་དཔུང་
 འཇུག་བྱས་ཤིང་དབང་རྩ་བ་སྤུ་མཁན་དེ་དག་ཚང་མ་མི་སྐྱུ་རེད། བསྟན་པ་
 སྤྱི་དར་སྐབས་ལའང་གསང་སྤགས་གསར་མའི་ཚོས་གཞུང་མང་པོ་པོད་ཡིག་
 ཏུ་སྐྱུར་མཁན་རབ་བྱུང་དང་དགེ་སློང་མ་རེད། མར་པ་ལོ་ཙྰ་བ། འཕྲོག་མི་
 ལོ་ཙྰ་བ། འཕྲོས་བྱུག་པ་ལྟ་བཅས་སོགས་མང་ཆེ་བ་མི་སྐྱུ་བན་དེ་རེད། ལོ་
 ཙྰ་རིན་ཆེན་བཟང་པོ་ལ་སོགས་དགེ་སློང་རབ་བྱུང་གི་ལོ་ཙྰ་བ་ཁྱུང་ཤས་ཤིག་
 ཡོད་པ་རེད།

པོད་ཀྱི་སྤྱི་མའི་མཛད་རྗེས་གཙོ་བོར་འགྲོ་མགོན་ཚོས་རྒྱལ་འཕགས་པས་
 པོད་ཀྱི་ཚོས་སྤྱི་གཉིས་ཀྱི་བདག་པོ་མཛད་པ་ནས་བཟུང་རྣམ་རབས་རིམ་
 བྱུང་གི་སྤྱི་དཔོན་ནམས་ཀྱིས་རྒྱ་སོག་ལ་སོགས་པ་ནམས་དང་། མི་རིགས་
 མཐུན་སྦྱིལ་གྱི་མཛད་རྗེས་དེ་དག་རེད། དེར་རྣམ་པོད་ཀྱི་སྤྱི་མའི་མཛད་རྗེས་
 གཙོ་བོ་དེ་སྒར་པོད་ཀྱི་སྐྱུ་པོ་དག་གིས་རྒྱ་གར་ནས་ཚོས་དང་རིག་གནས་པོད་
 ཡིག་ཏུ་བསྐྱུར་བ་དེ་དག་ད་ལྟ་དེའི་ཡིག་ཏུ་བསྐྱུར། རྒྱ་ཡིག་ཏུ་བསྐྱུར་བ་དེ་
 རེད། པོད་ལ་དགོས་མཁོ་ཆེ་བའི་ཚན་རིག་གི་རིག་གཞུང་པོད་ཡིག་ཏུ་སྐྱུར་
 མཁན་གྱི་དགེ་སློང་རབ་བྱུང་ཞིག་ངས་ཤེས་ཚོད་ལ་བྱུང་མ་སོང་། དད་ལྟན་
 མི་དམངས་ཀྱིས་གུས་བཀུར་ཐལ་དུག་པས་པོད་ཀྱི་སྤྱི་མ་ནམས་ངན་ལོང་ཤོར་
 ཏེ་ཡོན་ཏན་མེད་ཀྱང་ཏམ་པ་ཆ་པོར་ཆགས་ཏེ་གང་དུན་བཤད་པོད་མཁན་
 ཞིག་གྱུར་པ་རེད། ཞིབ་འཇུག་དང་དད་པ་ཁ་ཁ་རེད། ལོ་རྒྱུས་ཞིབ་འཇུག་
 བྱས་ན་ཏམ་པས་བཤད་པ་དེ་དག་ཁས་ལེན་མི་སྤིང་པ་རེད། ལོ་རྒྱུས་ལ་རྣམ་
 ཚོད་དང་གང་ཟག་ལ་མི་ཚའི་རྣམ་ཚོད་ཀྱི་བཀག་རྒྱ་ཡོད་པ་ཞིག་རེད། ཁྱོད་
 ཚོའི་བསམ་པ་ལ་དེར་རྣམ་སྤྱི་མ་གྱུ་པ་ཟེར་བའང་ཁྱོད་རང་ཚོ་ནང་བཞིན་

ಪುಟ ಸಂಖ್ಯೆ	ಪುಟ	ಪುಟ ಸಂಖ್ಯೆ
೧	766	೧
೨	773	೨
೩	775	೩
೪	780	೪
೫	788	೫
೬	796	೬
೭	814	೭
೮	822	೮
೯	836	೯
೧೦	841	೧೦

བྱི་རལ་པ་ཡབ་སྐུ་ཀྱི་སྐབས་སུ་སྒྲུབ་པའི་གཞིས་སྐྱེས་པ་སྐྱེས་སྐབས་
འཁྱུར་བྱང་ནང་དུ་བཞུགས་ཏེ་དཔལ་བཅེས་ཟེར་བ་དེ་དང་བྱི་སྒྲོང་སྐབས་ཀྱི་
བཞུགས་ཏེ་དཔལ་བཅེས་མི་གཅིག་ཡིན་མེན་མ་ངེས། སྐྱེས་ཆོག་གཞིས་པོའི་
འཁྱུར་ལོ་མི་གསལ་ཡང་། སྐྱེས་བཞུར་སྒྲིབ་བཅུགས་པའི་སྐབས་སུ་མ་མཐའ་
ཡང་བྱི་སྒྲོང་ལྟེ་བཅན་དང་དབྱང་མཉམ་ཅམ་སྟེ། དབྱང་ལོ་ཉི་ཤུ་སྟོར་ཞིག་
ཡིན་དགོས་པ་རྗེས་དཔག་གིས་རྟོགས། གལ་སྲིད་མི་གཅིག་ཡིན་ནའང་དེ་
དག་ལ་བཞུགས་ཏེ་དཔལ་བཅེས་ཟེར་བ་ལས་དགེ་སྟོང་དཔལ་བཅེས་གིས་
མེད་པ་དང་། གལ་སྲིད་སྐྱེས་ཆོག་སྒྲུབ་ལ་དགེ་སྟོང་ཞུས་པ་ཞིག་ཡིན་ནའང་ཁོང་
རྣམས་གཞིས་ལྟ་བུ་པོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་སྐོར་གི་ལོ་རྒྱུས་ཆེན་གང་དེས་དགེ་
སྟོང་རབ་བྱུང་ཞུ་བའི་གནས་དང་དུས་ཚོད། སྟོབ་དཔོན་ལ་སྐྱེས་པའི་སྟོར་
ལོ་རྒྱུས་ཡིག་ཆ་དང་ཁག་དུ་འཁོད་ངེས་པས་དེ་ལྟར་ཡིག་ཆ་ད་བར་མཐོང་
མཁན་བྱུང་མེད། ལོ་ཉི་ཤུ་སྟེ་ལྟག་ཅམ་ཀྱི་པོད་ནས་ངས་གནད་དོན་འདི་མཐོང་
ནས་སྐྱེས་ཆོག་ཞང་གསུམ་ལས་སྐྱེས་ཆོག་གཞིས་པོ་སྐྱེས་པའི་གཞུགས་སུ་འབྱོར་གོས་
པའི་རྒྱ་མཚན་དེ་རེད། གལ་སྲིད་སྒྲུབ་ནས་སྐྱེས་ཆོག་གཞིས་ཀྱིས་དགེ་སྟོང་རབ་
བྱུང་ཞུས་པའི་ལོ་རྒྱུས་ཡིག་ཆ་རྟོག་ན། ངས་བཤད་པ་འདི་དག་སྒྲུབ་མེད་
དུ་དབྱུག་ཆོག་གི་རེད། ང་རང་གིས་ཀྱང་ལོ་རྒྱུས་ལ་ལགས་བཅོས་བྱ་ངེས་
ཡིན། ངས་ལོ་ཉི་ཤུའི་པོད་དུ་བཤད་པ་དེ་དག་ཁྱོད་རང་ཚོས་ད་ལྟ་གཞི་ནས་
སྐོར་པ་དང་། ཁྱོད་རང་ཚོའི་འཁྱུལ་རྟོག་དེ་ལ་སྐོར་སྟེ་ལྟག་སྒྲིབ་ཏེ་འཕག་འཆག་
བརྒྱབ་པའི་རྣམས་པ་ཞིག་རེད། ཡོན་ཏན་མེད་པའི་པོད་ཀྱི་སྒྲུབ་མ་གྲུ་པ་པལ་
ཆེའི་བསམ་སྒྲོ་དང་སྐྱེས་ཆོག་ལ་གནས་ལུགས་ཡོད་མ་རེད། རང་ལུགས་ཀྱི་སྒྲུབ་
ཞིག་བཅུམས་ནས་བཤད་པ་ཁོ་ཚོའི་མཚན་ཉིད་རེད། དཔེར་ན། ལྟོང་ཡོན་
ཏན་ལྟ་བུ། རྒྱ་པོད་གཞིས་ཀྱི་ཡིག་ཆ་དུ་མེད་པའི་གསོ་རིག་རྒྱུད་བཞིའི་ལོ་
རྒྱུས་གསལ་པ་ཞིག་ཁོ་རང་གིས་བཅུམས་ནས་བཤད་པར། རྒྱུད་བཞི་སངས་
རྒྱུས་ཀྱིས་གསུངས་པའི་འཁོར་དུ་ཉི་ལ་འཁོར་དང་། སྐྱེས་གཅན་འཛིན་སྐྱེས་
ཡོད་པ་རེད། ཟེར་བ་ལྟ་བུ་རེད། མ་གཞི་འཁོག་པའི་སྒྲུབ་མའི་ནང་དུ་གཏེར་

སྒྲོན་མང་བ་རེད། འགའ་ཞིག་གིས་ས་འོག་ནས་གཏེར་བཏོན། འགའ་ཞིག་གིས་མཚོ་ནང་ནས་གཏེར་བཏོན། རྫོང་ཡོན་ཏན་ལྷ་བུ་དགོངས་གཏེར་ལེན་མཁན་སོགས་ཡོད་པ་རེད། གཏེར་གྱི་རིགས་དག་ལས་དགོངས་གཏེར་དེ་ལེགས་ཤོས་རེད། འོན་ཀྱང་ལོ་རྒྱུས་དགོངས་གཏེར་བྱས་ནས་བཤད་ན་ཁྱུངས་ལྷང་གཏུགས་ས་མེད་པ་ཞིག་རེད། ཆོ་ག་ཆོས་སྦྱོང་སོགས་དགོངས་གཏེར་ལེན་པ་ལ་དགག་པ་མེད། ལོ་རྒྱུས་ལ་རྟུས་ཚོད་གལ་ཆེ། གང་ཟག་ལ་མི་ཆོའི་རྟུས་ཚོད་འོས་མིན་གཟིགས། དེས་ན་རེའུ་མིག་ནང་རྟུ་རྟུས་ཚོད་འདི་དག་སྦྱོང་ཅག་ལ་དྲན་སྐུལ་གྱི་ཆེད་རྟུ་ཡིན། བྱི་རལ་པའི་སྐབས་སུ་ཆུ་ལྷག་སྦྱི་ལོ་༡༩༩༥ལོར་ལྷ་སའི་གཙུགས་ལག་ཁང་གི་མདུན་གྱི་རྒྱ་བོད་འདུན་པའི་རྩོེ་རིང་གཙུགས། མེ་འབྲུག་སྦྱི་ལོ་༡༩༩༦ལོར་བྱི་རལ་ཅན་བཀོད་སྤྲོད། ལྷགས་བྱ་སྦྱི་ལོ་༡༩༩༧ལོར་སྤང་དར་མ་བཀོད་སྤྲོད་པ་དེ་དག་ནི་རྟུས་ཚོད་གྱི་དབྱུང་གཞི་ཡིན། དེ་རིང་འདིར་གྱུ་ལོག་གསུམ་གྱིས་ང་ལ་གསལ་བཤད་གྱི་གོ་སྐབས་ཤིག་གནང་བར་ཐུགས་རྗེ་ཆེ་ལྟ། ཁོ་ཆོས་སྐྱེ་ཅན་གཞིས་དགེ་སྦྱོང་མིན་པའི་རྒྱ་མཚན་ཅི་ཟེར་པའི་དྲི་བ་ཞིག་འདུག །དེས་གནས་བྱས་ན་ངས་ཁོང་ཆོ་དགེ་སྦྱོང་ཡིན་པའི་རྒྱ་མཚན་ཅི་ཡོད་ཟེར་ན་ཁོང་ཆོ་བཤད་རྒྱ་ཞིག་ཡོད་དམ། འདིར་གསལ་བཤད་ཅིག་མ་བྱས་ན་ལོ་རྒྱུས་མི་ཤེས་པའི་མི་འགའ་ཞིག་དང་། ལྷག་པར་རྟུ་སྦྱོབ་གྲུ་ནས་ཐོན་པའི་གཞིན་རུ་མང་པོ་ཞིག་ཁོ་ཆོའི་རྩུན་ལམ་རྟུ་འགོ་སྤྱིད། བཏྲན་པ་སྤར་དར་སྐབས་སུ། བོད་བཅན་པོའི་སྤྱིད་འགྱོར་རིག་གསུམ་ཐམས་ཅད་དར་སྤེལ་གཏོང་མཁན་ཆོང་མ་སྦྱེ་བོ་རེད། སྐབས་དེར་དགེ་སྦྱོང་དང་། རབ་བྱུང་མང་པོ་ཡོད་མ་རེད་ལ། ཁོ་ཆོའི་མཛད་རྗེས་གྱི་ལོ་རྒྱུས་ཡོད་པའི་ཡིག་ཆོང་ཀྱང་གསལ་པོ་ཅན་མ་མཐོང་། གོང་རྟུ་ལྷས་པ་ལྟར་བོད་གྱི་སྤྱི་མས་བོད་གྱི་སྤྱིད་འགྱོར་རིག་གསུམ་ཐད་ལ་མཛད་རྗེས་ཆེ་ཤོས་དེ་ཆོས་སྤྱིད་བྱུང་འབྲེལ་གྱི་ལམ་ལུགས་འོག་རྟུ། སོག་རྒྱ་མན་ཆོང་གསུམ་གྱི་མི་རིགས་རྣམས་དང་འབྲེལ་བ་བྱས་པའི་མཛད་རྗེས་དེ་རེད། །

གྲུ་ལ་སྤྱོད་པ་ཁ་ཅིག་ལ་གོ་བར་ན་ནས་སྤྱོད་པ།

2021.1.23

ལོ་རྒྱུས་ལ་རུས་ཚོད་མི་དགོས་པར། གང་འདོད་དགོངས་གཏེར་རུ་བཞེས་
 མཁན་གྱ་རྩན་ནམ་པ། ཐོད་ལ་སད་མི་མི་བརྟན་མ་བྱུང་པའི་གོང་རུ་སྐྱ་ཅོག་
 གཉིས་ཀྱིས་རྒྱལ་བའི་བཀའ་བསྟན་ཐོད་ཡིག་རུ་བསྐྱར་ཡོད་པ་ལོ་རྒྱུས་ཡོངས་
 གྲགས་རེད། སད་མི་མི་བརྟན་རབ་རུ་བྱུང་རྗེས་ལོ་རྩི་ཤུ་ཅམ་གྱི་རྗེས་སུ་
 བྱི་སྤོང་ཕྱེུ་བཅན་སྐྱ་གཤེགས། བྱི་སྤོང་སྐབས་སུ་སད་མི་མི་བརྟན་ལས་
 གཞན་རབ་རུ་བྱུང་བའི་སྤོར་ཐོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་ཡིག་ཚང་རུ་འཁོད་མི་འདུག །
 འདི་དག་ནི་འགྲོ་བ་མིའི་ལོ་རྒྱུས་བཤད་པའི་སྐབས་ཡིན། མི་ལ་མི་ཚོའི་རུས་
 དང་། ལོ་རྒྱུས་ལ་རུས་ཚོད་དང་བསྟན་དགོས་སྟབས། བྱི་སྤོང་ཕྱེུ་བཅན་
 སྐབས་སུ་རབ་བྱུང་ཐེངས་གཉིས་པ་ཞིག་བསྐྱབས་ཡོད་པའི་ལོ་རྒྱུས་ཡིག་ཚང་
 གཅིག་ཀྱང་མ་མཐོང་། བྱི་སྤོང་ཕྱེུ་བཅན་སྐབས་སུ་ལོ་རྩི་བ་གྲགས་ཆེན་སྐྱ་
 ཅོག་གཉིས་ལྟ་བུ་རབ་རུ་བྱུང་བའི་མཛད་རྗེས་སྐབས་ཆེན་རུ་བཅི་འོས་པ་དེ་
 འདྲ་བྱུང་ཡོད་ན་ཐོད་ཚོས་སྤྱོད་གཉིས་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་ཡིག་ཚང་ནང་རུ་སྤོ་ལ་རྒྱལ་
 མཚན་འཕྱར་བ་དྲིལ་བསྐྱགས་ཡོད་པ་སྤོས་མ་དགོས་པ་རེད། དེ་ལྟ་བུའི་ཡིག་
 ཚང་ཞིག་ད་བར་རུ་མཐོང་རྒྱ་བྱུང་མེད། བཀའ་བསྟན་གཉིས་ནི་བསྟན་པ་སྐྱ་
 དར་དང་། བྱི་དར་གཉིས་ཀྱི་རུས་སུ་བསྐྱར་ཡོད་པ་ནམས་སྤྱོགས་བསྐྱོགས་
 བྱས་ནས་གྲུ་ལ་པ་ཞིག་ཡིན་སྟབས། དེ་དག་གི་འགྱུར་བྱང་ནང་རུ་ཡོད་པའི་
 མིང་འདྲ་བ་ཐམས་ཅད་མི་གཅིག་ཡིན་མི་དགོས་པ་ནི་སུས་ཀྱང་ཤེས་སྟ།

ལྷང་རིགས་ཀྱི་ཁྱངས་ལྷང་ལྟན་པའི་དབྱེད་གཏམ་བྱང་རུ་འདི་ནི་ཁྱད་པའི་ནང་རུ་
 རྩན་དང་ཏམ་པས་གང་བའི་གྲུ་སྤོན་པ་འགའ་ཞིག་ལ་ལེགས་སྦྱོས་སྟ། རྒྱལ་ཁམས་པ་བྱུང་
 བསྟན་སྤྱན་ཚོགས་དེས་སྤྱི་ལོ་༡༠༢༡ལོའི་ཟླ་བ་དང་པོའི་ཚོས་༡༩ཉིན་ཁོན་རུ་ནས། །

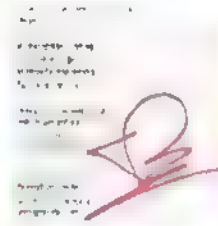
ངག་གི་དབང་ཕྱག་གི་སྐད་འཕྲིན་ཞིག་གི་ལན།

2021.1.26



ངག་གི་དབང་ཕྱག།

ནང་དོན་དང་སྒྲ་སྒྲན་སྒྲན་ ཅིས་གང་ཡང་ཕྱགས་མི་འཕེར་བའི་ཐུབ་
ཕུན་འཁོར་བཅས་ཐོན་ཤོག། ངག་གི་དབང་ཕྱག་པས་འཕགས་
བོད་ཀྱི་མདོ་ཐུགས་རིག་གནས་དང་བཅས་པས་རྒྱལ་ཕུན་མཛོན་
ཆ་ལྟེ་བ་དེ་བསྒྲིགས་ནས་སྒྲུག་ཡོད། དེ་ཐུ་དེ་ཆོ་རུང་རུང་ཡི་ན།
མཁས་དབང་ཡིན་ན་ད་ཕྱིར་འཐེན་མ་རྒྱལ། སྐབས་དོན་ལོ་རྒྱས་
ལུང་རིགས་ལས་བརྒྱལ་ནས་ངོ་ཆ་མེད་པའི་ཀྱ་ཙོ་མ་འདོན།



ངག་གི་དབང་ཕྱག་གི་སྐྱམ་ཆེན།

དལ་འབྱོར་རྟེན་བཟང་བོད་ཀྱི་ཡུལ་ནས་རྟེན། །
ཐུབ་པའི་བསྐྱབ་བྱིས་སྐྱ་གར་ཡུལ་རུ་ཞིག །
ཨ་རིའི་ཡུལ་རུ་རྒྱན་གྱི་འཁོར་ལོ་བསྐྱོར། །
ངག་གི་དབང་ཕྱག་སྒྲོས་གར་མཁན་པོ་འདྲ། །

བསྐྱབ་པའི་འདུལ་བྱིམས་གྲངས་སྒྲ་མ་ངེས་པའི། །
 མ་བསྐྱབ་ལོ་རྒྱས་འཆད་པའི་ཁ་ཚོབ་ཅན། །
 རྒྱན་པོའི་རྒྱན་ན་མཁས་པའི་ཚོལ་སྟོན་པ། །
 ངག་གི་དབང་ཕྱག་ཀོ་ཁྱག་སྟོང་པ་འདྲ། །

མངོན་སྒྲུམ་ལོ་ཚེགས་སྟོ་ཡུལ་མ་འཁོར་ཞིང་། །
 ལྷང་དང་རིགས་པས་དབྱད་བརྗོད་མ་རྒྱས་པ། །
 རང་གི་འདོད་པ་ལྷ་རྒྱགས་མཐར་སྐྱེལ་མཁན། །
 ངག་གི་དབང་ཕྱག་སྒྲར་མདོའི་སྒྲར་གོག་འདྲ། །

སྐྱ་ཚག་གཉིས་པོའི་རུས་ཚོད་མ་གསུང་ཞིང་། །
 ཁྱིའོར་ཐེའུ་བཅན་སྐྱ་ཚོར་མ་དབྱད་པའི། །
 འབྲེལ་མེད་ལོ་ཚེགས་བསྐྱར་བའི་ཀྱ་ཚོ་མཁན། །
 ངག་གི་དབང་ཕྱག་ནོར་སྒྲར་གན་པོ་འདྲ། །

སྟོལ་མ་སྒྲིང་རུ་གཉིས་སྟོར་དགའ་སྟོན་སྟེལ། །
 རྗོད་བཅན་མ་རྣམས་བདེ་ཆེན་དཔལ་ལ་སྟོར། །
 གསང་ཆེན་ལམ་རུ་སྒྲགས་ཀྱི་བསྟན་པ་རྒྱས། །
 ངག་གི་དབང་ཕྱག་མགྱིན་བཟང་དབང་པོ་འདྲ། །

རུབ་སྟོགས་བྱད་མེད་རིག་པའི་གོ་སྐབས་དབེན། །
 སྟོམ་པ་མེད་ཀྱང་བཅན་པའི་ཚོལ་རུ་བཞུགས། །
 དགོ་འདུན་ལྷག་མ་དང་པོའི་རྣལ་འབྱོར་པ། །
 ངག་གི་དབང་ཕྱག་ཤོག་བུའི་རྒྱལ་མཚན་འདྲ། །

མངོན་སྲུང་ཆོད་མའི་སློག་གིས་སློགས་མཐའ་གསལ། །
 ལུང་རིགས་ཆོད་མའི་རག་གིས་ཕྱི་སློབ་འཛེམས། །
 ལོ་རྒྱུས་རིག་པས་རང་རིགས་ཚོངས་གཉིད་སློགས། །
 མཁས་པའི་དབང་པོ་ཟེར་ན་ང་འདྲ་དགོས། །

ཁ་སེམས་གཉིས་མེད་གང་དུན་སློགས་པོར་སྤྲ། །
 གྲག་ཞན་དབྱེར་མེད་ཀྱན་ལ་བདེན་དོན་ཚུད། །
 མངོན་སློག་དབྱེར་མེད་འདོད་ཡོན་ལམ་དུ་བྱེར། །
 བདེན་དོན་བཅུན་པ་ཟེར་ན་ང་འདྲ་དགོས། །

མཁས་པའི་ཡོན་ཏན་རྒྱལ་མཆོན་བཞིན་དུ་བཀྱར། །
 རྒྱན་པོའི་འཛིགས་སྤུལ་སྟོང་པའི་དབྱིངས་སུ་སྤྱེལ། །
 སློབ་མའི་ཚོགས་ལ་རིག་པའི་ཆར་རྒྱན་འབེབས། །
 མི་གཤིས་བཟང་པོ་ཟེར་ན་ང་འདྲ་དགོས། །

བན་དང་རབ་བྱུང་དབྱེ་བ་མི་མཁྱེན་པའི། །
 དགེ་ལྡན་བན་ལོག་རག་གི་དབང་སྤྱུག་གིས། །
 བོད་ལྷགས་ཚམ་པའི་རུལ་སྤན་མཆོན་ཆ་ཡིས། །
 ཁོ་བོ་འཛེམས་པའི་གྲབས་སུ་བཤམས་ཡོད་གསུང་། །

དམ་བཅའི་དབང་རྟགས་ས་ཡིག་དམར་པོས་བརྒྱན། །
 དྲག་པོའི་ཚལ་རྟགས་ཁྱོ་བོའི་ཕྱག་རྒྱ་བཏབས། །
 ཚོད་པའི་ངར་སྤྲ་ཡང་ཡང་འབེབས་པའི་ལན། །
 ཀྱ་རེའི་ཚུལ་དུ་རྒྱལ་ཁམས་པ་དེས་ཤུལ། །

སྒྲིཊ་གཏམ་གྱི་སྒྲུབ་ལ་སྒྲོབ་མ་འགའ་ཞིག་གིས་བྲིས་ལན།

2021.1.29

ངས་བྲིས་པའི་ལོ་རྒྱུས་ཡིག་ཆ་དེ་དག་ལ་བརྒྱ་ཆ་བརྒྱ་ཐམས་པ་བདེན་པ་ཡིན་
 ཟེར་བཞིན་མེད། དེ་ལྟ་བུ་ཞིག་ཡོད་མི་སྲིད་པ་རེད། ལྷག་པར་རུ་བོད་ལ་ལོ་
 སྟོང་ཕྱག་ཅམ་གྱི་ལོ་རྒྱུས་ལྟ་ཅི། ད་ལྟའི་ཆ་ལ་ལོ་གྲངས་དྲུག་ཅུ་ལྷག་བཟུལ་
 པའི་མི་རྒྱལ་ས་པལ་ཆེར་རང་གི་སྒྲིཊ་ལོ་མི་ཤེས་མཁན་དང་། ལོ་ཤེས་ན་སྒྲིཊ་
 གྲུ་མི་ཤེས་པ། གྲུ་བ་ཤེས་ན་སྒྲིཊ་ཆོས་མི་ཤེས་མཁན་པལ་ཆེར་རེད། ངའི་
 ལོ་རྒྱུས་དེབ་ཐེར་ལ་ཁོར་འབྱུལ་དང་འགལ་བྱེད་ཆེན་པོ་བྱུང་ཡོད་ན་བོད་ཀྱི་ལོ་
 རྒྱུས་སྒྲིཊ་བའི་མཁས་དབང་དག་ཀྱི་ཆེན་ཆོན་མོ་དང་། འབྲུམ་རམས་པ་དང་།
 རབ་འབྲུམས་པ། དེ་བཞིན་རུ་དག་བཤེས་དང་། མཁན་པོ་མཁས་པ་རྒྱལ་ས་
 གྱིས་དག་ཐེར་དང་། དགག་པ་ཡོང་ངེས་རེད། འོན་ཀྱང་ད་ལྟའི་བར་རུ་དེ་
 ལྟར་བྱུང་མ་མོང་། ང་ལ་དགག་པ་ཅིག་ཅིག་བྱེད་མཁན་རིགས་གཉིས་བྱུང་
 ཡོད་པ་ནི། གཅིག་ །ཡོན་ཏན་ཞི་དྲག་མེད་པའི་བྲུ་སྒྲུལ་རིགས། རྒྱན་རུ་ཁོ་
 རང་ཆོའི་བཤད་སྟེལ་གྱི་ལྟ་སྒྲུབ་དེ་དག་དང་མི་འདྲ་བ་ཞིག་གོ་ཐོས་ཡོང་རུས་
 ལོ་རྒྱུས་གྱི་དོན་དངོས་དང་མཐུན་མིན་དབྱུང་མ་ཤེས་པས་སྤྱབ་བསྟན་སྟན་
 ཆོག་མོར་འདུག་ཟེར་མཁན་ཞིག་དང་། གཉིས་པ་དེ་སྒྲིཊ་ལོག་ཁག་གཅིག་
 གིས་སྤྱབ་བསྟན་སྟན་ཆོག་མོ་ལ་དགག་པ་ཞིག་བྱས་ན་ང་རང་ལ་མཁས་པའི་
 ལྟན་གཤམ་ཤིག་ཐོབ་པར་རེ་བས་ང་ལ་ངན་སྒྲུབ་བྱེད་མཁན་འགའ་ཞིག་ཡོད་
 པ་དཔེར་ན་ལྟོང་ཡོན་ཏན་ལྟ་བུ། ལྟོང་ཡོན་ཏན་ཟེར་བ་དེ་ཁོ་རང་དགོན་
 པའི་ནང་རུ་སྟོང་ས་མེད་མཁན། གཟན་ཤམ་ཞིག་གྱོན་ནས་ག་ས་ག་ལ་ཆོས་
 འབྲུམ་འགྲོ་མཁན་ཞིག་རེད། ཁོས་འགྲོག་པའི་ནང་རུ་ཆོས་བཤད་བྱེད་སྐབས་
 ཁོ་རང་མཁས་པ་ཡིན་པའི་རྒྱལ་འབྱུར་སྟོན་པའི་ཆེད་རུ། རྩ་སེར་བྱལ་དགོན་
 པའི་བཀོ་སྒྲིབ་སྐབས་སུ་ངས་སྤྱབ་བསྟན་སྟན་ཆོག་མོ་འདྲི་བཅད་བྱས་ཤིང་།

ཁོས་ང་ལ་ལན་མ་འཕྲོད་པས་ཁོང་ཁྱོད་ལངས་ནས་ཚྭ་གས་རའི་ཕྱིར་ཐོན་པོང་།
 ཞེས་ཐུབ་བསྟན་ཐུན་ཚྭ་གས་ཚོད་པ་མམ་པ་བཟོ་ཐུབ་པ་དེ་ནི་འཇམ་དཔའི་
 དབྱངས་པམ་པ་བྱེད་ཐུབ་པའི་རྣམ་འབྱུང་ལྟ་བུས་དགོས་མེད་ཀྱི་རྒྱན་ལབ་པ་
 དེ་འདྲ་ནི་ཁོ་རང་ཚོར་སྟན་གྲགས་ཐོབ་པའི་ཆེད་དུ་ཡིན་པ་ལས་ངས་བྱིས་
 པའི་ལོ་རྒྱུས་ལ་སྟོན་ཡོད་པས་མ་རེད། ངས་བྱིས་པའི་བོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་པར་རྒྱ་
 གའི་ཕྱེད་མིག་ལ་འགལ་འདུ་མང་པོ་ཡོད་ན། བོད་ཀྱི་མཁས་པ་སྟྲི་དང་། བྱེ་
 བྱག་དུ་སྐྱལ་སྐྱེད་དང་། དགེ་བཤེས་དང་། མཁན་པོ་མཁས་པ་མང་པོ་ཡོད་པ་
 དེ་དག་གིས་དག་ཐེར་གནང་གི་དཔེ་པ་རེད། འོན་ཀྱང་ཁོར་འཁྲལ་ཙམ་བ་མེད་
 པ་ཞིག་ལྟས་ཀྱང་བཟོ་ཐུབ་བཟྱེ་མ་རེད། བརྒྱ་ཆ་བརྒྱ་ཐམ་པ་ཡང་དག་ཡིན་
 ངས་ཟེར་ཞིང་མེད། བསམ་ཞིང་ཡང་མེད། གང་ལྟར་ཡང་ངས་བྱིས་པའི་ལོ་
 རྒྱུས་དེ་བ་ཐེར་དེ་བརྒྱ་ཆ་བརྒྱད་ཅུ་ཡན་ཆད་ཞིག་གིས་བོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་དང་།
 སྤྱི་དུང་འབྱོར་རིག་གསུམ་ལ་ཕན་ཐོགས་པ་ཞིག་བྱུང་ན་འགྲིག་གི་རེད། དེ་རིང་
 ངས་གསལ་བཤད་བྱས་པ་འདི་དོན་དངོས་བོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་སྟྲི་དོན་པར་རྒྱ་
 གའི་ཕྱེད་མིག་དང་། ལོ་རྒྱུས་བྱིས་པའི་དགའ་སྟོན་གཉིས་ཀྱི་ནང་དུ་བཤད་
 ཟེན་པ་ཞིག་ཡིན། འོན་ཀྱང་ད་ཅེས་དགེ་བཤེས་ངག་གི་དབང་སྐྱལ་དང་སྐ་
 ཅོག་གཉིས་དགེ་སྟོང་ཡིན་མིན་སྟོར་ལ་ཚོད་པ་བྱས་པ་ལས་འཕྲོས་ཏེ་སྟོབ་མ་
 འགའ་ཞིག་གིས་འདྲི་བ་ཞིག་བྱུང་པའི་དྲིས་ལན་བྱ་ཐོག་དུ་སྟེལ་ན་དེ་བས་
 མང་བའི་མི་རྣམས་ལ་ཕན་ཐོགས་པའི་རེ་བས་བཏང་པ་ཡིན།

༡ བྱིས་པོ་ཕྱེད་བཅེན་སྐབས་ལྟ་སྟེ་བརྒྱར་གྱི་རྒྱལ་པོ་སྐ་ཅོག་ཞང་གསུམ་ཟེར།
 དེ་ལས་སྐ་ཅོག་གཉིས་ནི་སྐ་བརྒྱར་སྤྱིང་གི་སྟོབ་མ་ཡིན། ཞང་ཡེ་ཤེས་སྟེའམ་
 བེ་རོ་ཅ་ན་སྐ་བརྒྱར་སྤྱིང་གི་སྟོབ་མ་ཡིན་ལ་སང་མི་མི་བདུན་ནང་གི་རབ་དུ་
 བྱུང་མཁན་བདུན་ནམ་དུག་གི་ཡ་གྲུལ་ཞིག་རེད།

༢ སང་མི་མི་བདུན་རབ་དུ་བྱུང་བའི་ལོ་ལ་ཡོས་ལོ་དང་། ལྷག་ལོ་མི་འདྲ་བ་
 གཉིས་འཁོད་ཡོད། ཡོས་ལོ་ཡིན་ན་སྟྲི་ལོ་༡༧ལོར་ཡིན། ལྷག་ལོར་ཡིན་ན་
 སྟྲི་ལོ་༡༧ལོར་ཡིན་དགོས། ཁ་སང་སྟོན་མར་བཤད་པ་ལྟར་བན་དེ་ཟེར་བ་

དེ་ཐོན་གྱི་ཚོས་ལུགས་ཀྱི་འཕམ་ལས་ལྟོག་པ་རྒྱ་གར་གྱི་ཚོས་ལ་དད་པ་བྱེད་
 མཁན་གྱི་མི་སྤྱི་མཚོན་པ་དང་། དགེ་སློང་ནི་རྒྱ་གར་ལུགས་ཀྱི་འདུལ་བྱིས་ས་
 དང་ཏུ་སྤངས་པའི་རབ་བྱུང་ལ་ཟེར་བ་ནི། བ་བྱི་གཟིགས་རབ་ཏུ་བྱུང་སྟེ་དགེ་
 སློང་བྱས། མཚན་དབྱངས་བཏགས། ཞེས་པ་འདིས་ཀྱང་ཤེས་ཐུབ། ས་
 འབྲུག་གྱི་ལོ་༧༥༥ལོར་དཀར་ཆག་ལྷན་དཀར་མ་བཅུ་མས། སྐབས་དེའི་འགྱུར་
 བྱང་ནང་ཏུ་བརྟེན་དཔལ་བཅེགས་ཟེར་བྱིས་ཡོད་པ་ལས་དགེ་སློང་དཔལ་
 བཅེགས་ཞེས་བྱིས་པ་མ་མཐོང་། གལ་སྲིད་སང་མི་མི་བརྟན་ལུག་ལོར་རབ་
 ཏུ་བྱུང་བ་ཡིན་ན་སྐབས་འདིར་རབ་ཏུ་བྱུང་ནས་ལོ་ངོ་དགུ་ལས་སྤྱིན་མེད་
 ཐུབ་ས། ཐོད་ལ་རབ་བྱུང་རྒྱབ་མཁན་གྱི་སློབ་དཔོན་དང་། མཁན་པོ་སོགས་
 གྱི་ཆ་རྒྱུན་ཡོད་པ་དཀའ་བ་ཞིག་རེད།

༩ བྱི་རལ་པ་ཅན་གྱི་སྐབས་སུ་སྐད་གསར་བཅད་མང་དང་མཁན་གྱི་རྒྱ་གར་གྱི་
 པརྟེན་ཏུ་དང་། ཐོད་ཀྱི་ལོ་ལྔ་བ་ནས་ཀྱི་མཚན་ཐོད་ནང་ཏུ་སྐྱེ་ཅག་ཞང་
 གསུམ་ཆང་མ་མི་སྤང་། མཁས་པའི་དཀའ་སྟོན་ལས། ལྷ་སའི་དོ་རིང་གི་ཡི་
 གོ་བཤུ་བར་ཅུས་ན་བར་འདིར་རྒྱག་ཅིག་སྟོན་ལྷ་སྤྱི་ཡབ་ཀྱི་རིང་ལ་ཚོས་ཀྱི་
 བརྟེན་ཐོད་སྐད་ལ་མ་གཤགས་པ་མང་ཞིག་བྱུང་ཞིང་རྒྱ་ནག་དང་ལི་དང་ཡུལ་
 དབུས་དང་ཟ་རྟོར་དང་ཁ་ཆེ་སོགས་སྤྱི་ཚོགས་ནས་བསྐྱུར་བས་བརྟེན་མི་འདྲ་
 བ་མང་པོས་མི་གོ་ཞིང་སློབ་དཀའ་བར་གཟིགས་ནས། ཉི་འོག་གི་མཁན་པོ་ཨ་
 ཅལ་ཇི་ན་མི་ཏུ་དང་། སུ་རེ་རྩེ་པོ་རྟེན་དང་། སྤྱི་ལེ་རྩེ་པོ་རྟེན་དང་། པོ་རྟེན་མི་ཏུ་
 དང་། ཐོད་ཀྱི་མཁན་པོ་རྩམ་རྟེན་ཏུ་དང་། རྩམ་ཏུ་སྤྱི་ལ་དང་། ལོ་ལྔ་བ་
 མཁས་པ་རྩུ་ན་སེ་ན་དང་། ཇ་ཡ་རྟེན་ཏུ་དང་། མཚུ་བྱི་མཚ་དང་། རྩེ་རྩེ་སྤྱི་
 ལ་ལ་སོགས་པ་ནས་ལ་ཐེག་པ་ཆེ་རྒྱུང་ལས་བྱུང་བའི་ཚོས་ནས་རྒྱ་གར་གྱི་
 ཡུལ་དབུས་ལས་བྱུང་བའི་བརྟེན་དང་མཐུན་པར་བསྐྱུར་ཞིང་ཀུན་གྱིས་སློབ་ཏུ་
 ཏུང་ལ་ནམ་ཏུ་ཡང་གཞུང་ལུགས་དེ་ལས་མི་བསྐྱུར་བ་དང་། ཆད་ལྷག་སྤང་
 པའི་ཕྱིར་དཀར་ཆག་ཀྱང་བྱིས་ཅིག་ཞེས་བཀའ་བསྩལ་སྟེ། ལོ་པར་དེ་ནས་ས་
 དང་ཁྱད་པར་དྲིན་ཅན་གྱི་ལོ་པར་གསུམ་ཞེས་གསུམ་པ་ཇི་ན་མི་ཏུ་དང་། ད་

ན་གྱི་ལ་དང་། ཞང་ཡེ་ཤེས་སྡེ་གསུམ་གྱིས་སྤར་བསྐྱར་བ་ཐམས་ཅད་དག་
པར་བྱས་ཤིང་གསར་བཅད་གྱིས་གཏན་ལ་ཕབ་སྡེ་གནའི་བརྩ་གོ་དཀའ་བ་
རྣམས་དོར་ནས་ཡུལ་དུས་དང་མཐུན་པའི་གོ་སླ་ཞིང་འདོན་བདེ་བར་བྱས།
ཡི་གེ་ཉུང་བའི་ཆེད་དུ་མ་ཐུ་ད་དཀ་རྒྱང་པའི་འབརྟེན་སྐྱེས་དོར་སྡེ་གཞུང་
ཆེད་རྣམས་ཀྱང་བམ་གྲངས་སྐྱེས་ངེས་པར་དཀར་ཆག་དུ་བསྐྱར་ཏེ་སྤྱིར་བྱི་
སྤྱོད་གི་དུས་ཀྱི་དཀར་ཆག་ལོ་བྱང་ལྟན་དཀར་མ་དང་། སྤྱིས་མཆིམས་ཕུ་མ་
དང་འཕང་ཐང་མ་སྡེ་གསུམ་དུ་བྱུང་ལ་དགོར་མཛོད་དུ་བཀའ་གཅིགས་ཀྱི་ཟླ་
ལ་གཅིས་སྤྱིས་སུ་འཛོག་གོ་ཞེས་གསུངས།

དེ་ལས་སྐབས་དེར་དྲིན་ཅན་གྱི་ལོ་པཎ་རྣམ་གསུམ་ཞེས་གྲགས་པ་རྩི་ན་མི་
ཏུ་དང་། ད་ན་གྱི་ལ་དང་། ཞང་ཡེ་ཤེས་སྡེ་གསུམ་ཞེས་གསལ་པོ་བྱིས་ལ་སྐ་
ཅོག་གཉིས་མེད་པ་གསལ་པོ་རེད། འདིར་ཞང་ཡེ་ཤེས་སྡེ་ཞེས་པ་འདི་ཡང་
བེ་རྩ་ཅན་དང་གཅིག་ཡིན་མིན་དབྱུད་འོས་ཏེ། བསྐྱར་བཀའ་ཐང་ནང་དུ་ཞང་
ཡེ་ཤེས་སྡེ་ཞེས་པ་ནི་བེ་རྩ་ཅན་འཛུགས་ཀྱི་རྣམ་གྲངས་ཡིན་པ་གསུངས་ཏེ།
བསྐྱར་བཀའ་ཐང་ལས། མདོ་བསྐྱར་ནང་དུ་ཡེ་ཤེས་སྡེ་ཞེས་བྱིས་པ་སྤྱུགས་
བསྐྱར་ནང་དུ་བེ་རྩ་ཅན་བྱིས་པ་སོན་བསྐྱར་ནང་དུ་གན་ཆག་ཐང་ཏུ་བྱིས་པ་
ཆིས་བསྐྱར་ནང་དུ་ཡིན་པ་བེ་རྩ་ཅན་བྱིས་པ་སོན་བསྐྱར་ནང་དུ་ཆོས་འབར་བྱ་བ་
བཅུག་པ་སོན་ཆོས་དགོངས་འབྱེལ་དང་བཅས་པའི་ཆེད་བསྐྱར་པ་ཞེས་བེ་རྩ་
ཅན་དང་ཞང་ཡེ་ཤེས་སྡེ་གཉིས་མི་གཅིག་ཡིན་པ་གསལ་པོར་གསུངས་ཡོད།
ཉུང་རལ་ཉི་མ་འོད་ཟེར་གྱི་གཏེར་མ། བཀའ་ཐང་ཟང་གླིང་མའི་ནང་དུ་བེ་
རྩ་ཅན་དང་། ཞང་ཡེ་ཤེས་སྡེ་གཉིས་གང་ཟག་ཐང་དད་ཡིན་པའི་མཆོན་མོ་
བཀོད་སྤྱང་། དེས་ན་སྐབས་འདིརི་ཞང་ཡེ་ཤེས་སྡེ་ཞེས་པ་བེ་རྩ་ལས་གཞན་
པ་ཞིག་ཡིན་པར་སེམས། སྐ་ཅོག་ཞང་གསུམ་ནི་ཕལ་ཆེར་བྱི་སྤྱོད་ལྟུང་བཅན་
དང་དགྲ་མཉམ་ཡིན་དགོས། དེས་ན་སྐབས་འདི་བཞུགས་ཡོད་ན་དགྲ་
ལོ་བརྒྱུད་ཅུ་ལ་ཉི་བཅུ་ལ་འཛིན་དགོས། འོན་ཀྱང་སྐབས་དེའི་མི་རྣམས་སྤྱི་
ཆོ་རིང་པོ་དེ་ལྟར་བཞུགས་མཁན་ཏུ་ཅང་དགོན། དུས་དེར་རྒྱལ་པོ་བྱི་སྤྱོད་

ཕྱི་ཕུ་བཅན་སྐྱུ་གཤེགས་ནས་ལོ་བཅོ་བརྒྱད་ཅུ་མ་སོང་ཡོད། བཀའ་འགྲུར་དང་
བསྟན་འགྲུར་ཟེར་བ་དེ་བསྟན་པ་སྤྲ་དར་སྐབས་ནས་བྱང་ཡོད་པ་ཞིག་མ་
རེད། དེའི་སྐོར་སྤྱི་ལོག་གྲུ་ལོག་ནམས་ཀྱིས་ཏ་མི་གོ་བ་ནི་ཁོ་ཚོས་ལོ་རྒྱུས་མ་
ཤེས་པའི་དབང་གིས་རེད། བསྟན་པ་སྤྲ་དར་དང་སྤྱི་དར་གཉིས་ཀྱི་སྐབས་སུ་
རྒྱ་གར་ནས་བརྒྱུར་བའི་ཚོས་ལུགས་ཀྱི་རིག་གཞུང་དེ་དག་སྤྱི་ལོའི་དུས་རབས་
བཅུ་གསུམ་པའི་མཇུག་ཅུ་བཅོམ་ལྷན་རིག་རལ་དང་། དབུས་པ་སློ་
གསལ་ལ་སོགས་ཀྱིས་སློགས་བསྐྱེགས་མཛད་དེ་བཀའ་དང་བསྟན་བཅོས་ཀྱི་
དབྱེ་བ་བྱེས་པ་ནས་བརྒྱུད་རྒྱལ་བའི་བཀའ་འགྲུར་དང་། བསྟན་འགྲུར་ཟེར་
བ་དེ་བྱང་བ་རེད། བཀའ་བསྟན་འགྲུར་གྱི་འགྲུར་བྱང་ནང་དུ་ཡོད་པའི་མི་
ཚང་མ་བསྟན་པ་སྤྲ་དར་སྐབས་ཀྱི་མི་མ་རེད། དཔེར་ན། བསྟན་པ་སྤྱི་དར་
སྐབས་སུ་ལོ་ཆེན་རིན་ཆེན་བཟང་པོ། མར་པ་ལོ་རྩ་བ། འབྲོག་མི་ལོ་རྩ་བ་ལ་
སོགས་པའི་ལོ་རྩ་མང་པོ་ཞིག་གིས་བརྒྱུར་བ་དེ་དག་བཀའ་འགྲུར་དང་བསྟན་
འགྲུར་ནང་དུ་ཡོད་རེད། བསྟན་པ་སྤྲ་དར་སྐབས་སུ་གང་བརྒྱུར་བའི་ཡིག་ཆ་
དེ་དག་གི་དཀར་ཆག་ནི། དཀར་ཆག་ལྷན་དཀར་མ་དང་། འཕང་ཐང་མ།
མཆིམ་སུ་མ་གསུམ་རེད། དེ་དག་གི་ནང་དུ་ཡོད་པ་ཐམས་ཅད་བསྟན་པ་སྤྲ་
དར་སྐབས་སུ་བརྒྱུར་བ་ནམས་རེད། མཆིམས་སུ་མ་ད་ལྟ་མཐོང་ཡས་མི་
འདུག་ཀྱང་བྱ་སྟོན་ཚོས་འབྱུང་ནང་མཆིམས་སུ་མའི་ལུང་དྲངས་པ་ལ་བལྟས་
ན་ཁོང་གིས་གཟིགས་ཡོད་པེས་ཤིག་རེད། བསྟན་པ་སྤྱི་དར་སྐབས་སུ་བརྒྱུར་
བ་ནམས་དབུས་པ་སློ་གསལ་གྱི་དཀར་ཆག་ཅིག་ཡོད་རེད། ད་ལྟ་དཔེ་མཛོད་
ནམས་སུ་དབུ་མེད་བྲིས་པ་པར་ལོག་བྱས་པ་ཞིག་ཡོད་པ་འདྲི་རེད། དངོས་
སུ་པར་སྐྱབ་བྱས་པ་ནི་མ་མཐོང་།།

བྱ་ཐོག་གི་སླ་ལོག་རྣམས་ལ་ཡོད་པ་གསུམ་དང་མེད་པ་གསུམ།

2021.1.31

དྲ་བའི་ཐོག་ཏུ་འགྲུབ་རྒྱ་མེད་པའི་སྟོང་བཤད་ཁོ་ན་བྱེད་པ་ནི་རུས་ཚིང་
 རྒྱུད་ཐོས་གྱི་རྒྱ་རེད། ཚོས་བཤད་ཁོ་ནས་རང་རང་གི་འཆོ་བ་ལ་ཕན་ཐོགས་
 ཡོད་མེད་ལྟོས། འདི་ལྟར་དྲ་བའི་ནང་ཏུ་སྐད་ཆ་སྟོང་པ་བཤད་རྒྱུའི་འགོ་
 འཇུགས་མཁན་དེ་སླ་ལོག་གྲུ་ལོག་རྣམས་རེད། ཁོ་ཚོས་ཁོ་རང་ཆོ་ལ་དགོས་
 པའི་སྐད་ཆ་སྟོང་པ་ཞིག་དྲ་བའི་ནང་ཏུ་བཏང་། བོད་མི་དམངས་ལ་ཡོན་
 ཏན་མེད་པའི་སྤྲུལ་སྤྱོད་ཀྱིས་ཆང་མས་ཚོས་བཤད་འདྲ་བྱེད་ཅིང་རུས་ཚིང་འཕྲོ་
 བརྒྱགས་བྱེད་ཅིང་འདུག །འདི་ཚོའི་ཁ་མ་སྟོན། །སླ་མ་ཡག་པོའི་བཀའ་མ་
 ཉོན་ཟེར་ཞིང་མེད།

༡ སླ་ལོག་གྲུ་ལོག་རྣམས་ལ་ཡོད་པ་གསུམ། རུས་ཚིང་ཡོད། ང་རྒྱལ་ཡོད།
 སྟོང་བསམ་ཡོད། ཆ་རྒྱུན་དེ་འདྲ་ཞིག་གི་འོག་ཏུ་གཏམ་འཆལ་ཁོ་ནས་བྱ་ཐོག་
 ཏུ་བཏང་ནས་མི་མང་པོ་ཞིག་གི་རུས་ཚིང་རྒྱུད་ཐོས་གཏོང་བ་རེད།

༢ སླ་ལོག་གྲུ་ལོག་རྣམས་ལ་མེད་པ་གསུམ། མཐོང་རྒྱ་མེད། སྤྲུལ་བསམ་
 མེད། ཕྱི་ནང་མེད། ཆ་རྒྱུན་དེ་འདྲ་ཞིག་གི་འོག་ཏུ་བཤད་པའི་སྐད་ཆ་དེ། མ་
 འོངས་པར་བོད་མི་དམངས་ཀྱི་འཆོ་བ་ལ་ཕན་ཐོགས་པའི་སྐད་ཆ་ཚིག་གཅིག་ཡོད་
 མ་རེད། བཤད་བྱའི་སྐད་ཆ་སྟོང་པ། 1. རང་གི་ཕ་མ་སྤང་མེད་ཏུ་དོར་ཞིང་
 འགོ་བ་རིགས་རྒྱག་གི་དོན་བཤད་པ། 2. རང་གི་མགོ་ནད་ཅམ་ཡང་སེལ་
 བའི་ཐབས་མི་ཤེས་པར། དཔྱལ་བའི་སྤྲུག་བསྐྱལ་སེལ་བྱེད། ཡི་དྲུགས་གྱི་སྤྲུག་
 བསྐྱལ་སེལ་བྱེད་གྱི་ཐབས་བཤད་པ། 3. སང་ཉིན་གྱི་ལྟོ་མོས་ཅམ་ལའང་
 བསམ་སྟོ་གཏོང་མི་ཤེས་པ། ད་རུང་ཀ་བ་དང་བུམ་པ་རྟག་དང་མི་རྟག་
 དབྱེད་ནས་བསྐྱེད་པ། 4. རང་གི་ཕ་མས་ཀྱི་ཨ་ཕྱི་དང་། ཨ་ཕྱི་རྣམས་ལོ་

གྲངས་གང་ཅམ་བསྐྱད་ཡོད་པ་མི་ཤེས་པར། གུ་རུ་པ་རྒྱ་འབྱུང་གནས་ལོ་སྟོང་
ཕྱག་བཞུགས་པའི་རྒྱ་མཚན་བཤད་པ། དེ་ལྟར་ཁོ་ཚོའི་ཡོད་པ་གསུམ་དང་
མེད་པ་གསུམ་གྱི་ལས་ཀ་གཙུག་པོ་དེ་རེད།

༩ གོང་གསལ་གྱི་རྒྱ་མཚན་དེ་དག་ལ་བརྟེན་ནས་དྲ་བའི་ཐོག་ཏུ་སླ་ལོག་
རྣམས་དང་བཤོ་སྤྱོད་བྱས་ན་རང་རང་གི་རུས་ཚོད་འསྟོ་བརྒྱགས། རང་གི་
མཛུགས་ལམ་འགོག་བྱེད་རེད། ཁོ་ཚོའི་འགན་ཁུར་མེད་པའི་གཏམ་འཆལ་དེ་
དག་གིས་པོད་ཀྱི་བསམ་བཟང་དང་། དད་པ་ཅན་མང་པོ་ཞིག་གི་བསམ་སློ་
ལོག་པར་བརྒྱུར་གྱིན། དྲ་བའི་ཐོག་ཏུ་ང་རང་ཚོའི་མ་འོངས་པའི་མཛུགས་ལམ་
དང་། འཚོ་བའི་ཁ་སྤྲོབས་ཡར་རྒྱས་གཏོང་ཐབས་སྒྲོར་ལ་བཤོ་སྤྱོད་བྱས་ན་
དོན་དངོས་ཀྱི་སློ་སློ་འབྱེད་པའི་ཕན་ཐོགས་ཡོང་གིན་པ་རེད། སླ་ལོག་གྱུ་ལོག་
རྣམས་ཀྱི་གཡོ་ལོག་ཏུ་དྲ་བའི་ཐོག་ཏུ་ཚོས་བཤད་སྟོང་པ་ཤ་སྟག་བྱས་ན་རུས་
ཚོད་ཆུད་ཐོས་དང་། ལས་དོན་བཤོལ་བ་ལས་ཕན་ཐོགས་ཉིལ་འབྱུ་ཅམ་ཡོང་
མི་གིན། ང་ཚོ་ལ་དགོས་པ་དེ་མ་འོངས་པར་ཁ་སྤྲོབས་གང་འདྲ་ཞིག་ལ་
གཏད། འབད་བཙོན་གང་འདྲ་ཞིག་ལ་བྱ་དགོས་པའི་བསམ་སློ་དེ་ཡོད་དགོས་
པ་ཞིག་རེད། ཉེ་རུས་སླ་ལོག་ཚོའི་བཤོ་སྤྱོད་དེ་སླ་མ་གི་ན་རོ་ལས་མར་སྒྲ་
འབབ་ཡོད་པ། འཇའ་ལུས་གྲུབ་ཡོད་པ། གུ་རུ་པ་རྒྱ་འབྱུང་གནས་དགྲུང་ལོ་
སྟོང་ཕྱག་བཞུགས་ཡོད་པ་སོགས་གནས་ལུགས་དང་མཐུན་ཐབས་མེད་པའི་
སྐད་ཆའི་བཤོ་སྤྱོད་དེས་པོད་མི་སྤྱོད་པོ་མང་པོ་ཞིག་གིས་ཡིད་ཆེས་བྱ་གིན།
དོན་དངོས་ལ་ཡོང་མ་གྱིན་པའི་དོན་རྒྱུན་འདི་དག་ལ་སླ་ལོག་ཚོས་ཡོད་གིན་
པ་རེད། འདིར་རྒྱུབ་དགོས་པ་ཞིག་རེད་སོགས་ཉེ་ལམ་ཡོད་གིན་པའི་སྤྱགས་
ལྷ་ཁྲིད་གང་ཐུབ་བྱེད་པ་འདིའི་དོན་དངོས་ཁོ་རང་ཚོའི་བཤོ་སྤྱོད་བྱ་ཡུལ་
ཞིག་དགོས་པ་རེད། ང་ཚོས་བཤོ་སྤྱོད་བྱས་ན་དེར་སང་འཇམ་སྤྱིར་གི་གནས་
སྤངས་དང་འགོ་སྤྱགས། རང་གི་འཚོ་བ་ཕན་པའི་ཐབས་གང་ཡོད་སོགས་ཀྱི་
སྒྲོར་ལ་བཤོ་སྤྱོད་བྱས་ན་སྐད་འཕྲིན་གྱི་ཚོགས་པ་བཅུགས་པའི་དགོས་དོན་
དང་མཐུན་པ་ཞིག་རེད། །

བེ་རི་མཁུན་བཟེའི་གསུང་ཚམ་བརྒྱུས་པའི་དངོས་པོ་རྩོད།

2021.2.3

འབྲུག་གི་ཡུལ་ཁྱེད། བྱི་ནང་གྲུབ་མཐའི་རྣམ་གཞག་འཇམ་མགོན་ཆེན་ལྷན་གྱི་འགྲེལ་པ་ངས་དོན་སྤྱིར་པོའི་ལམ་བཟང་མཐོང་བའི་སྒྲོན་མེ་ཞེས་བྱ་བ་ཞུགས་སོ། །

རྒྱལ་ལའི་ཆོས་པའི་འཕེལ་འགྲེལ།

ཆ་བ་མཛད་པ་པོ། མཁན་ཆེན་གཞན་དག་ལ།
འགྲེལ་པ་ཚཱ་པ་པོ། དཀོན་མཆོག་བསྟན་འཛིན།
བོད་རྒྱལ་ལོ་༢༡༣༥ བྱི་ལོ་༢༠༡༩ལོར་འཕུལ་དེབ་རྩ་པ་བ། བཟླ་ཤིས་ཚས་སྤིང་
ངས་དོན་སྤྱིར་པོའི་དཔེ་ཆོགས་ཞིབ་འཇུག་སྡེ་ཆེན།
གཙོ་སྤྱི་ཆོགས་རྒྱུང་།

སྒྲོབ་སྒྲོན་པ། མཁས་དབང་བདེ་ལེགས་རབ་རྒྱས།
མཁན་པོ་ཚུལ་ཁྲིམས་དར་རྒྱས།
གཙོ་སྤྱི་པ། བེ་རི་རིག་པའི་རྩོ་རྩེ། བོད་རྒྱལ་ལོ་༢༡༣༥ བྱི་ལོ་ ༢༠༡༡ལོར་
འཕུལ་དེབ་རྩ་པ་བ།

འབྲུག་ལུང་གི་མེ་ལའག་གི་འགྲེལ་པ།

ཆ་བ་མཛད་པ་པོ། བེ་རི་མཁུན་བཟེ།
འགྲེལ་པ་ཚཱ་པ་པོ། གཞུ་རྩ་དཀོན་མཆོག་བསྟན་འཛིན།
མ་དཔེ་དཔལ་སྤངས་ཤིང་སྤྲུལ། དཔེ་ཆ་ད་ལྟ་གཞུ་རྩ་ཨ་དཀོན་གྱི་གསུང་
འབུམ་ནང་རྩ་བ་ཞུགས་ཡོད།

འབྲུག་གི་ཡུལ་ཁྱེད།

བྱི་ནང་གི་གྲུབ་མཐའི་རྣམ་གཞག་མདོར་བསྟུས་སུ་བཀོད་པ་འཇམ་མགོན་

དུ་བསྐྱུན་ལས་དག་བར་གང་ཐོབ་པ། །གསར་པའི་སྒོ་ལ་དད་བཙུན་ཤེས་
རབ་ཀྱན། །ལྷུར་དུ་སྐྱེས་ནས་རྒྱ་ཆེན་གཞུང་ལུགས་ལ། །རིམ་གྱིས་ཐོས་བསམ་
སྒོམ་པ་མཐར་སྒྲིལ་རྟེ། །བསྐྱུན་འཛིན་སྐྱེས་བུའི་ས་སྤིང་ཀྱན་བྱབ་ཤོག །ཅེས་
པའང་སྤར་བྱང་དུ་མཐུན་སྒུལ་བས་བྲིས་སོ། །

ཡུའཤེལ་གཞུང་།།གཤམ་ལྟུང་ལྟུང་།།རྒྱ་ཡིག་ལ་ཤིག་ཤིག་།

བེ་རི་མཐུན་བཙུན་གསུང་ཚུམ་བརྒྱས་པའི་སྒྱུད་རན་ལ་ཐེར་འདོན་དང་
དགག་པ་ཞིག་དཔལ་སྤངས་དེལ་རྒྱུ་མ་ཀྱན་བྱབ་གྱིས་བྱ་ཐོག་དུ་སྤེལ་བ་
དེ་མཐོང་ནས། དེ་ལ་ཁོ་བོས་གསལ་བཤད་འགའ་ཞིག་བྱ་བ་ལ། བེ་རི་མཐུན་
བཙུན་གཞན་སྤྱོད་གི་ལྷ་བ་གཙོ་བོར་བཟུང་ནས་གསུངས་པའི་གྲུབ་མཐའི་
རྣམ་བཤད་གྱི་རྩ་བ་ཞིག་ཡིད་པ། དེ་ལ་གཟུ་བྱ་དགོན་མཆོག་བསྐྱུན་འཛིན་
གྱིས་འགྲེལ་བ་ཞིག་མཛད་ཡིད། དེལ་རྒྱུ་སྤེལ་མས་ཁོང་ཚོས་བརྒྱས་པའི་ཚུམ་
ཡིག་གི་འབྲལ་དེབ་དང་། དེ་ཉིད་བརྒྱ་རྒྱ་ཡིན་པའི་བདེན་དཔང་བཅས་དུ་
བའི་ཐོག་དུ་སྤེལ་ཡིད་པའི་སྒྲོམ། ཁོང་གསལ་ཁོ་བོས་རོ་སྒྱུད་མདོར་བསྐྱུས་
ཤིག་བྱས་ཡིད། སྤྱིར་རྒྱུ་མའི་གྲུ་པ་ཁ་ཤས་གྱིས་སྒྲོན་གྱི་ཚུམ་ཡིག་རྒྱུ་པ་
གནད་ཅན་འགའ་ཞིག་མཐོང་བ་དང་རྒྱུ་མའི་སྤེལ་མ་ག་གེ་མོ་ཞིག་གིས་
བཙུན་པ་རེད། ཅེས་མཛད་བྱང་བརྒྱུན་སྤེལ་བསྐྱུས་བྱས་ཡིད་པ་ནི་
རྒྱུ་མའི་ལས་ཡིན་པ་མ་ཟད་རྒྱུ་མའི་ལས་ཀ་ཡང་རེད། དེས་ན་སྤེལ་ནས་
གྲུ་པ་ཞིག་ཡིན་པའི་ཆ་ནས་བྱ་སྒྱུད་འདི་རིགས་ལ་ཐུགས་སྐྱོན་གནད་ན་
ལེགས། དེ་དག་ལས་སྤེལ་རང་གིས་བརྒྱས་པ་དང་། དད་ལྷན་གྱི་གྲུ་པས་
བརྒྱས་ཏེ་རང་སྤྱོད་གྱི་སྤེལ་མའི་གསུང་ཚུམ་དུ་བརྒྱས་པ་རིགས་གཉིས་ཡིད།
དང་པོ། མཁན་པོ་དག་རྒྱུ་མའི་སྤེལ་མ་དགོན་མཆོག་ཡན་
ལག་གིས་མཛད་པའི་ཀླུ་པ་རང་བྱུང་རྩི་རྒྱུ་མའི་གསལ་འདེབས་དེ་ཁ་བསྐྱུར་
ཞིང་ཀླུ་པ་ཞེས་པ་དེ་སྤྱོད་ཆེན་པ་ཞེས་བསྐྱུར་བ་ཅེས་ལས་ཆོག་གཅིག་ཀྱང་
མ་བཙོས་པ་རང་སོར་བཞག་ཅིང་། མཁན་པོ་དག་རྒྱུ་མའི་བཙུན་ཞེས་
འགྲེམས་སྤེལ་བྱས་པ་རེད། སྤེལ་བོད་གྱི་ལུགས་སྤེལ་དང་བསྐྱུན་ན་གསལ་

འདེབས་ཁ་བསྐྱར་བྱས་མི་རུང་པའི་བྲིམས་མེད་ཀྱང་། ལུ་དམར་པའི་གསུང་
ཁ་བསྐྱར་བ་ཞེས་བྲིས་ན་གནས་ལུགས་དང་མཐུན་ཞིང་། འདྲིག་རྟེན་གྱི་
ལུགས་ལའང་བདེན་པའི་མཛད་སྤྱོད་ཅིག་རེད། འོན་ཀྱང་ཁོང་གིས་མཛད་
ཀར་རང་གི་མིང་བེད་སྤྱོད་ཡོད་པ་ནི་རྒྱན་མའི་ལས་ཡིན་པ་སྟོན་མ་དགོས་པ་
རེད། གཉིས་པ། ཀོང་སྤུལ་གྱི་ཤེས་བྱ་ཀུན་ཁྱབ་ལ་རྟིང་མའི་དཔེ་ཚོགས་ཞེས་
མིང་བཏགས་ནས་བཀྲམས་པ་དང་། རེབ་ཀོང་སྤུལ་མང་གིས་ཀོང་སྤུལ་
ཞལ་གདམས་ལས་རང་གཞན་ལ་ཕན་པའི་གཏམ། ཞེས་པའི་ཞལ་གདམས་
དེ་བཅུད་འདོམས་ཀྱི་གསུང་ཡིན་ཟེར་ནས་བཀྲམས་པ། བཀྲ་ཤིས་ཚོས་སྤྱིང་
ཟེར་པའི་དགོན་པ་འདིས་བེ་རི་མཁུན་བཙེའི་གསུང་ལ་མཁན་པོ་གཞན་
དགའི་གསུང་ཡིན་ཟེར་ནས་བཀྲམས་པ་སོགས་ནི་རྗེས་འདྲུག་སྟོབ་བྱ་རྣམས་
གྱིས་རང་སྟོགས་སྒྲ་མ་རྣམས་རྒྱན་མའི་གལ་དུ་གདན་དྲངས་ནས་བཞུགས་སུ་
གསོལ་བ་ཞིག་རེད། །

འདིར་ལྷག་པར་དུ་གསལ་བཤད་དགོས་པ་ཞིག་ལ། མཁན་པོ་གཞན་དགའ་
ཡིས་གཞན་སྟོང་གི་ལྷ་བ་གཙོ་བོར་བྱས་པའི་བྱབ་མཐའ་ཞིག་མི་བཙུམས་པ་
གཏན་འཁེལ་རེད། གང་ཡིན་ཞེ་ན། གཞན་དགའ་ནི་གཞན་སྟོང་གི་ལྷ་བ་
དགག་པ་གནང་མཁན་ཞིག་རེད། དེའི་རྒྱུ་གྱིས་དཔལ་སྤངས་དགོན་པའི་
ནང་ལ་རྟོག་དུ་རུང་བེད་ཅིག་བྱུང་བ་རེད། སི་དུ་པར་དབང་མཚོ་ག་གིས་
དཔལ་སྤངས་བཤད་གྱའི་ནང་ལ་མཁན་པོ་གཞན་དགའ་གདན་དྲངས་ནས་
ཚོས་བྲིད་གནང་བ་རེད། ཁོང་དཔལ་སྤངས་ཐེབས་ནས་གཞུང་བཀའ་པོད་
ལྷའི་རྒྱ་གཞུང་རྣམས་ལ་རྟིང་ལུགས་ལྟར་གཞུང་ཆེན་བཅུ་གསུམ་ཞེས་པའི་
མིང་གིས་དབྱེ་ནས་སྟོབ་བྲིད་གནང་། སྐབས་དེར་ཁོང་གིས་གཞན་སྟོང་གི་ལྷ་
བ་དགག་པ་གནང་བཞིན་སྟོབ་བྲིད་གནང་བ་རེད། དེ་ལ་བོད་ལུལ་སྟོང་སྤྱང་
བར་གསུམ་གྱི་བཀའ་བརྒྱུད་པའི་དགོན་པའི་ནང་དུ་སྤྱིང་སྟོགས་ཤིག་བྱུང་བ་
རེད། ཀོང་སྤུལ་ཡོན་ཏན་རྒྱ་མཚོ་ནི་གཞན་སྟོང་ཉམས་བཞེས་མཛད་མཁན་
གྱི་སྒྲ་མ་གཙོ་བོ་ཞིག་ཡིན་པ་དང་། ཁོང་གི་སྟོབ་མའི་གཙོ་བོ་ཀམ་པ་མཁའ་

བྱུང་ཆེ་ཡིན་སྟབས་མཁའ་བྱུང་ཆེ་ནི་གཞན་སྟོང་གི་ལྟ་བ་འདྲིན་མཁན་
 ཞིག་རེད། ཀམ་པ་མཁའ་བྱུང་ཆེ་ལོ་སྤྱུལ། ཀོང་སྤྱུལ་ཡོན་ཏན་རྒྱ་མཚོའི་
 ཡང་སྤྱི་དཔལ་ལྡན་མཁུན་བཅའི་འོད་ཟེར་དཔལ་སྤངས་ཀྱང་ཁྱོད་གདན་
 སར་བཞུགས་ཡོད་པ་དེའང་སྤྱུལ་དེར་དཔལ་སྤངས་བཤད་གྲུའི་ནང་སྟོབ་
 གཉེར་ཐེབས་ཏེ་བཞུགས། ཀམ་པ་མཁའ་བྱུང་ཆེ་དཔལ་སྤངས་སུ་མཁན་
 བོ་གཞན་དགའ་གདན་དྲངས་པ་དང་། དེས་གཞན་སྟོང་གིས་ལྟ་བ་ལ་དགག་
 པ་གནང་བའི་སྟོར་སྟོན་གསན་རྒྱུ་དཔལ་སྤངས་སུ་ཀོང་སྤྱུལ་ཡང་སྤྱི་
 ལ་བཀའ་ཐེབས་གནང་སྟེ། གཞན་དགའི་མདུན་ནས་སྟོབ་གཉེར་གནང་ཞིང་
 མཁས་པ་པརྟེན་ཏེ་ཞིག་ཆགས་པ་ལས་མེ་མདའ་བྱེད། ཁྱིམ་ཁྱིམ་འགྲོ་མཁན་
 གྱི་རྒྱུ་པ་ཞིག་གིས་དགའ་གསུངས་པ་རེད། ཅེས་དཔལ་སྤངས་སྟོང་ལྟེ་
 དག་ཐོག་ནས་བཤད་སྟོབ་ཡོད། རྟོན་དངོས་ལ་སྤྱུལ་དེར་ཐང་བླ་ཆེ་དབང་
 ཀོང་སྤྱུལ་སྤྱི་ཡང་སྤྱི་ལ་ཆོས་དང་རིག་གནས་རྣམས་སྟོབ་གཉེར་གྱི་རོགས་
 པ་ཡིན་སྟབས། ཁོང་ཡང་མཉམ་ཏུ་བཤད་གྲུའི་ནང་བཞུགས་ཡོད་ཅིང་།
 སྤྱུལ་དེར་ཀམ་པའི་ཕྱག་བྱིས་འཁྱོར་བྱུང་བའི་ནང་། གཞན་དགའི་མདུན་
 ནས་གཞན་སྟོང་ལ་དགག་པའི་ཆོས་བྱིད་ལྷ་མི་འོས་སྟོར་གསུངས་ཡོད་
 འདུག །ཡི་གེ་དེ་མཚུར་སྤྱི་དྲུང་ཡིག་གི་བྱིས་རེད། ཕྱག་བྱིས་དེ་ཀོང་སྤྱུལ་གྱི་
 ཕྱག་ཏུ་འཁྱོར་སྤྱུལ་ཀམ་པ་སྤྱི་གཤེགས་ཟིན་པ་རེད། ཁོང་ཡབ་སྤྱུལ་དེའི་
 སྟོར་ལ་སྤྱུར་ཡང་ཕྱགས་གྲོས་བྱ་བའི་གོ་སྤྱུལ་མེད་པར་གྱུར་ཟིན། དེ་ནས་
 ཀོང་སྤྱུལ་རིན་པོ་ཆའི་ཞལ་ནས། ཀམ་པ་མཁའ་བྱུང་ཆེ་ནི་ཆོས་གྱི་དབང་
 ཏུ་བྱས་ན་ཆ་བའི་བླ་མ་རེད། འདྲིན་རྟེན་གྱི་དབང་ཏུ་བྱས་ན་པ་ཡབ་རེད།
 རྟོན་འདྲིན་སྤྱུར་ཡང་བཟོ་བའི་གོ་སྤྱུལ་ནི་མེད། གང་ལྟར་བྱས་ཀྱང་ཁོང་
 བཀའ་དང་འགལ་ཐབས་མེད་པ་ཞིག་རེད། ཅེས་གསུངས་ནས་བཤད་གྲུ་ནས་
 ཕྱིར་ཐོན་པ་རེད། ཁོང་བཤད་གྲུ་ནས་ཕྱིར་ཐོན་ཏུས་སི་ཏུ་པརྟེན་དབང་མཚོག་
 ཕྱགས་ཏུང་བཅད་མ་དགུས་པའི་རྣམ་པ་ཅན་ལས་རྣམ་འགྱུར་སྟོན་པའི་བཀའ་
 མོལ་གང་ཡང་གསུངས་མ་ཐོང་། ཞེས་ཐང་བླ་ཆེ་དབང་གིས་བདག་ལ་

གསུངས། གཞན་དགའ་ཡིས་གཞན་སྤྱོད་ལ་དགག་པ་གནང་བའི་གསུང་ལ་
བེ་རི་མཁྱེན་བཅེ་ཡང་ཐུགས་མཉེས་པོ་ཡོད་མ་རེད་གསུངས། སྐབས་དེར་
རྒྱལ་རྩོད་སྤྱོད་ཀྱི་བཀའ་བསྐྱེད་དང་། རྩོད་རྒྱུ་ལ་དཔལ་སྤངས་སུ་གཞན་
དགའི་ཚོས་བྲིད་ལ་མི་དགའ་བའི་རྣམ་འགྱུར་ཆེན་པོ་ཡོད་ཅིང་། རྒྱལ་རྩོད་
བ་ཀྱི་མེས་དོན་ཟེར་བ་ཞིག་གིས་དཔལ་སྤངས་བཤད་ཀྱི་ལ་ཡི་གེ་བཏང་སྟེ།
དབུ་མ་རང་སྤྱོད་དང་གཞན་སྤྱོད་གཉིས་ཀྱི་བྱད་པར་དྲི་བ་ཞིས་པའི་དྲི་བ་
ཉེར་ལྷ་ཡོད་པའི་ཡི་གེ་ཞིག་འཁྱོར་པ་རེད། སྐབས་དེར་དཔལ་སྤངས་ཀྱི་ཀྱ་
མང་གིས་བེ་རི་མཁྱེན་བཅེ་གཞན་སྤྱོད་ལྟ་བུ་ལ་ཐུགས་མི་མཉེས་མཁན་ཞིག་
ཡིན་ཀྱང་། སི་ཏུ་པརྩ་དབང་མཆོག་དགོན་པའི་བདག་པོ་ཡིན་པ་དང་།
བཀའ་བཅན་པ་སོགས་ཀྱིས་ཡར་ཁྱུ་མི་ཕོད་པའི་རྒྱུན་གྱིས་ཡི་གེ་དེ་བེ་རི་
མཁྱེན་བཅེས་སྒྲིག་ཏུ་བཀྲམས་པ་ཞིག་ཡིན་པར་ངོས་འཛིན་བྱས། དེ་ལ་
དགག་ལན་རྩུར་མང་པད་རྣམ་གྱིས་དྲིས་ལན་ཆོས་པའི་ཁྲ་བ་ཞིས་པ་ཞིག་
བྱིས་ཏེ་དཔལ་སྤངས་སུ་ཤིང་སྒར་བཀོས་ནས་བཀྲམས། དུས་ཕྱིས་ངས་ཐང་
བླའི་མདུན་ཏུ་དཔེ་ཆ་བལྟ་སྐབས། ཁོང་གིས་དཔལ་སྤངས་བཤད་ཀྱི་ནང་
གི་རྟོག་དྲ་དེ་དག་གསུང་ཞིང་། དྲིས་ལན་ཆོས་པའི་ཁྲ་བའི་སྒྲིག་པོ་བེ་རི་
མཁྱེན་བཅེའི་གསུང་པ་བཤད་སྟེ་ལྷ་ཡོད་རེད། ཅིས་གསུང་བྱུང་། དོན་དངོས་
བེ་རི་མཁྱེན་བཅེས་མཛད་པ་ཡིན་དང་རྒྱལ་རྩོད་ནས་བཏང་ཡོང་བ་གང་
ཡིན་ཐག་གསལ་པོ་ཆོད་མི་འདུག །དེ་རྗེས་སྤྱི་ལོ་ ༡༩༥༥ལོ་ཅམ་ལ། བོད་ཡིག་
སྟོབ་ཀྱི་ནང་ཏུ་ར་པ་རང་སྤྱོད་ཁྲལ་ཚོམ་བསྐྱར་ཅུས་ཀྱི་མཁན་པོ་རྩོ་
ཐེབས་ནས་ང་ཆོའི་དགོ་ཆུན་གནང་བ་རེད། ཁོང་རྩོ་ནང་པའི་ཁྲ་མ་ཞིག་
ཡིན་རེད། སྤར་ནས་ཀོང་སྤྱལ་ཡོན་ཏན་རྒྱ་མཆོ་དེ་རྩོ་ནང་པ་ལ་བཀའ་དྲིན་
ཆེན་པོ་ཡིན་སྟབས། ང་པ་ཡུལ་དཔལ་སྤངས་ནས་ཡིན་ཟེར་དུས་ཁོང་ཐུགས་
མཉེས་པོར་གནང་བ་མ་ཟད་ཆོས་དང་རིག་གནས་སྒྲིབ་ཀྱི་བཀའ་མོལ་ཡང་
མང་པོ་གནང་གིན་རེད། ཁོང་གིས་གསུངས་པར། སྤར་དཔལ་སྤངས་བཤད་
ཀྱི་མཁན་པོ་གཞན་དགས་གཞན་སྤྱོད་ལྟ་བུ་ལ་དགག་པ་གནང་སྐབས།

ཆགས་མེད་མ་ཁན་གཞན་དགའི་སྤྱི་གདུང་མེད་བཞུས་ཤིང་གདུང་ཐལ་གང་འཆམས་ཤིག་དཔལ་སྤངས་དགོན་ཏུ་བྱིར་ཁིང་སྤྱི་གདུང་མཆོད་རྟེན་རྒྱུ་ཏུ་ཞིག་བཞེངས་པ་དེ་དཔལ་སྤངས་ལྟ་ཁང་ནང་ཏུ་བཞག། དེའི་རྗེས་སྤྱི་གོང་སྤྱལ་རིན་པོ་ཆེ་ལ་དད་པའི་གྲུ་པ་ཁག་གིས་ལྟ་ཁང་ལ་གཡས་བསྐྱོར་བྱེད་ནས་མི་འགོ་བ་ཆགས་པ་རེད། སྤྱི་བདུང་ཏུས་རྒྱན་ཚོགས་པ་འཆོགས་སྐབས་ཤར་སྐོ་ནས་ཡར་འཇུག། ཚོགས་པ་གོལ་བ་དང་ལུབ་སྐོ་ནས་མར་ཐོན་ཡོང་ཏུས་ལྟ་ཁང་ལ་གཡས་བསྐྱོར་རེ་འཁོར་བ་རེད། གཞན་དགའི་སྤྱི་གདུང་མཆོད་རྟེན་ལྟ་ཁང་ནང་ཏུ་བཞག་པའི་རྟེན་གྱིས་གྲུ་པ་ཁག་གཅིག་ཚོགས་པ་འཆོགས་སྐབས་ཤར་སྐོ་ནས་ཡར་འཇུག། ཤར་སྐོ་ནས་སྤྱིར་ཐོན་མཁན་འགའ་ཞིག་བྱུང་པ་རེད། ཅེས་དཔལ་སྤངས་སྤོང་ཕྱེད་ནང་བཤད་སྟེལ་ཡོད་རེད།

གོང་སྤྱལ་རིན་པོ་ཆེའི་རྗེས་འབྲང་པ་རྣམས་ཀྱིས་བཤད་སྟེལ་ལ། གོང་སྤྱལ་ཡོན་ཏན་རྒྱ་མཆོ་དེ་བེ་རྩ་ཅ་ནའི་རྣམ་འཕྲུལ་རེད། མཁན་པོ་གཞན་དགའ་དེ་ཆེ་སྤྱངས་བཟའ་དམར་རྒྱ་མེ་རྟོག་སྐོན་གྱི་རྣམ་འཕྲུལ་རེད། ཁོང་རྣམ་གཉིས་རྒྱལ་པོ་བྱི་སྤྱོད་ཕྱེད་བཅོན་སྐབས་ནས་ད་ལྟའི་བར་ཏུ་དམ་ཆོག་གི་འགལ་བ་ཡོད་པ་ཞིག་རེད། ཅེས་པའི་རྒྱུང་ཞིག་བཅམས་ཡོད་པ་རེད། རྒྱ་མཆོན་དེས་དཔལ་སྤངས་སྤྱོགས་གྱི་མི་རྒན་པ་རྣམས་ལ་དེའི་ཤུགས་རྟེན་གང་འཆམས་ཤིག་གནས་ཡོད་པ་རེད། དཔེར་ན། གྲུ་ཡངས་སྤྱི་རྒྱས་ཐོག་མ་ཡོང་སྐབས་སྤྱི་ལོ་ ༡༧༧༥ ལོ་ཅམ་ཞིག་ན། ཐང་སྤྱི་ཆེ་དབང་གི་ཐུག་ན་མཁན་པོ་གཞན་དགའི་ཆོན་མེད་སྤྱི་པར་རྒྱུང་ཏུ་ཞིག་སྤྱང་། ང་ལ་ཕྱི་དགེ་ལ་པར་ལེན་མཁན་རྒྱ་རྒྱ་དོ་ཤེས་པ་ཞིག་ཡོད། ངས་སྤྱི་མ་ལ་ཞུས་ནས་བྱིང་ལ་མོས་པ་ཡོད་ན་ངས་པར་དེ་ཆེན་པོ་ཞིག་ཡང་བསྐྱར་བསྐྱུ་བྱུ་བྱུ་བྱུ་བྱུ་རེད། ཅེས་ཞུས་པར། ཁོང་ཐུགས་མཉེས་པོ་བྱུང་སོང་། ངས་པར་དེ་ཕྱི་དགའི་པར་ལེན་མཁན་དེར་བསྐྱེལ་ནས་པར་དེ་ཀྱང་ཕྱིན་ ༡༠ ཅམ་ཞིག་བསྐྱུ་བྱུ་བྱུ་བྱུ་བྱུ་བྱུ་པས་ཁོས་བསྐྱུ་བྱུ་བྱུ་ཟེར། དེ་ནས་ངས་ཀྱང་ཕྱིན་ ༡༠ ཅན་གྱི་པར་གཉིས་བསྐྱུས་པ་ཡིན། རེ་རེ་ལ་སྐྱོར་གཅིག་དང་བྱུར་བྱུག་རེད། སྐབས་དེར་རིན་གོང་ཆོན་པོ་

འདྲ་རེད། གྲོང་གསེབ་ན་སྐབས་དེར་སྤང་མའི་སྤྱུ་པར་དེ་འདྲ་ཆེན་པོ་མཐོང་
 དགའ་བ་ཞིག་རེད། འོན་ཀྱང་ངས་པར་དེ་ཁྱིམ་ནང་ཁྱིར་བ་དང་ངའི་ཨ་མས་
 བཀའ་བཏུན་རག་བྱུང་། ཁོ་རང་ཀོང་སྤྱུལ་གྱི་ཞབས་སྤྱི་པའི་སྒྲོར་ཡིན་སྐབས་
 གཞན་དགའ་ལ་མི་དགའ་མཁན་རེད། དེ་ནས་དཔལ་སྤངས་སྤྱི་ངའི་སྤྱུ་གྱི་
 དགོ་ཆུན་དང་། གནས་ཆང་ཡིན་པའི་ཀོང་སྤྱུལ་གྱི་ཕྱག་མཛོད་ཡིན་ཏུ་སྤྱུ་
 ཆོགས་མདུན་སྤྱུ་འབུལ་ཞུས་པར། ཁོང་གིས་གཟིགས་ཅིམ་གནང་སྟེ་མདུན་
 ཅོག་ཐོག་ཏུ་དབྱག་སོང་། གང་ཡང་མི་གསུངས་ཀྱང་རྣམ་འགྱུར་ལ་བརྟམ་ན་
 དགའ་དད་ཅི་ཡང་མེད་པར་ཤེས་བྱུང་། དེ་ནས་སྤྱུ་པར་དེ་གཉིས་ཀ་ཐང་སྤང་
 ཆོད་བང་ལ་ཕུལ་བ་ཡིན། ཁོང་ཕྱགས་མཉེས་པོ་བྱུང་སོང་། ཁོང་རྒྱུ་དུས་
 ཀོང་སྤྱུལ་གྱི་དཔེ་ཆ་གཟིགས་རོགས་ཡིན་སྐབས་ཀོང་སྤྱུལ་དང་མཉམ་ཏུ་
 གཞན་དགའི་མདུན་ན་དཔེ་ཆ་རྒྱུ་ཐང་ཅོག་གཟིགས་སྤྱི་ཞིང་། རྩིས་སྤྱི་
 ཁོང་དཔོན་སྟོང་བཤད་གྱུར་ཐེབས་ཏེ་དཔེ་ཆ་གཟིགས་སྐབས་མཁན་པོ་
 དཔོན་སྟོང་མཁུན་རབ་རེད། དཔོན་སྟོང་མཁུན་རབ་ནི་གཞན་དགའི་སྤྱི་མ་
 གཙོ་པོ་ཞིག་རེད། དེས་ན་ཐང་སྤང་ཆོད་བང་ནི་གཞན་དགའི་བྲིད་རྒྱུ་ཁས་
 ལེན་གནང་མཁན་ཞིག་རེད།

འགལ་བ་འདྲིའི་རྒྱུ་དེ་ཀོང་སྤྱུལ་སྤྱི་ཐང་གསུམ་པའི་སྐབས་ལའང་ཤུགས་
 རྒྱུན་གནས་ཡོད་པ་མཐོང་། ལྷིལ་༡༩༥༩ ལོར་ཀོང་སྤྱུལ་སྤྱི་ཐང་གསུམ་པ་
 འངམ་མགོན་ཆོས་ཀྱི་ཐང་གེ་རྩོགས་ཆེན་པོད་ཡིག་སྤྱི་གྱུར་ཐེབས་སྐབས།
 དཔལ་སྤངས་མཁན་པོ་སྤྱི་ཆོས་ལ་ཁོང་གིས་བལ་ཡུལ་ཕུལ་ཏེ་རྩིའི་དཔོན་ཏུ་
 བཤད་གྱི་ཞིག་གི་འཆར་གཞི་ཡོད། གཞན་དགའི་བྲིད་རྒྱུ་དང་མ་འདྲེས་
 པའི་མཁན་པོ་མཁས་པ་ཡོད་ན་འོས་སྒྲུར་དགོས་ཚུལ་གསུངས་སོང་། མཁན་
 སྤྱི་ཆོས་ཀྱིས་རྩི་རྒྱུ་ཁོང་མཁན་པོ་བད་ཆོད་མཁས་བཙུན་བཟང་གསུམ་འདྲིམ་
 པ་དང་། བྲིད་རྒྱུ་མི་པམ་གྱི་ཡིན་པ། གཞན་དགའ་དང་འབྲེལ་བ་མེད་ཚུལ་
 སྒྲོར་གསུངས་པ་ང་རང་གིས་བྱུར་ནས་ཐོས།

མདོར་བསྡུས་ན། བོད་རྒྱ་གཞན་དགའ་དང་དཔལ་སྤངས་བར་གྱི་འབྲེལ་
 བ་འདི་བཤད་དགོས་པའི་རྒྱ་མཚན་ནི། མཁན་པོ་གཞན་དགའ་ནི་གཞན་སྟོང་
 གི་ལྟ་བ་དགག་མཁན་ཞིག་རེད། བེ་རི་མཁུན་བཙེ་ནི་ཀོང་སྤྱལ་ཡོན་ཏན་རྒྱ་
 མཚོས་ངོས་གནང་ཞིང་། ཁོ་རང་ཡང་ཀོང་སྤྱལ་རིན་པོ་ལྷ་གྲུབ་གྱི་རྗེས་
 འབྲང་པ་གཙོ་བོ་ཞིག་རེད། དེས་ན་གཞན་སྟོང་གི་ལྟ་བ་གཙོ་བོར་བྱས་ནས་
 གྲིས་པའི་གྲུབ་མཐའི་དཔེ་ཆ་དེ། གཞན་སྟོང་དགག་མཁན་ཞིག་གིས་གྲིས་
 མེད་པ་ནི་བྱུང་བལྟས་ལེབ་མཐོང་རེད། དེར་རྒྱས་མཁན་པོ་རྣམས་ཀྱིས་དཔེ་
 ཆའི་ནང་དོན་མི་ཤེས། སྤྱི་མཐུན་ལོ་རྒྱུས་པའི་དབང་གིས་ར་མགོ་ལྷག་
 སྤྱར་གྱི་ནོར་འབྲུལ་འདི་འདྲ་འབྲུང་གི་ཡོད་པ་རེད། །



ཐུག་པ་དགེ་བཤེས་ལ་དབྱ་ཐུག་ཐུལ་ལ།

2021.2.9

དེ་རིང་དགེ་བཤེས་རག་གི་དབང་ཐུག་གི་ཤུ་ཚུགས་ལ་གསལ་བཤད་མཐའ་
མ་དེ་ཡིན། ལུང་དང་རིགས་པ་མེད་པའི་ཤུ་ཚུགས་ཀྱི་གཏམ་ལ་ཐུ་མཐུད་
ནས་ལན་བཏབ་ན་རུས་ཚོད་འཕྲོ་བརྒྱགས་རེད།

‡ གསལ་བཤད་དང་པོ། ད་ལན་སྐ་ཙག་གཉིས་པོ་སྐྱ་ཁེར་གང་ཡིན་
ཚོད་སྒོར་འདི་ལ་བརྟེན་ནས་མི་རྣམས་སྒོལ་རྒྱུ་རྒྱུ་རྒྱུ་ལྟེང་པའི་ལྟ་བའི་འཆིང་རྒྱ་
ལས་སྒོལ་ཐུབ་པའི་རྒྱུ་ཞིག་བྱུང་བ་རེད། ཚོས་སྤྱི་ཟུང་འབེལ་གྱི་སྤྱི་
དབང་ཡུན་རིང་པའི་རྒྱུ་གིས་བོད་ཀྱི་སྐྱ་ཁེར་ཐམས་ཅད་སྐྱ་སྐྱལ་རྣམས་ཀྱིས་
གང་ཟེར་དེ་ལ་དོགས་པ་དང་། ཐེ་ཚོམ་མེད་པ་ཡིད་ཆེས་ནས་བསྐྱད་ཡོད་པ་
རེད། སྐྱ་སྐྱལ་ཚོས་ཀྱང་བོད་ལ་མང་ད་རྗེས་ཅན་ཞིག་ཡིན་ན་དགེ་སྤྱོད་གི་རྣམ་
པ་ཅན་གྱི་སྐྱ་སྐྱལ་ཞིག་ཡིན་པ་དེལ་བསྐྱགས་བྱེད་ཅིང་། རྒྱལ་པོ་སྤྱོད་བཅན་
སྐམ་པོ་སྐྱུན་རས་གཟིགས་ཀྱི་སྐྱལ་པ་དང་། བྱི་སྤྱོད་ལྡུ་བཅན་འཇམ་པའི་
དབྱངས་ཀྱི་སྐྱལ་པ། བྱི་རལ་པ་ཐུག་ན་རྩོ་རྩེའི་སྐྱལ་པ་ཡིན་པ་དེལ་བསྐྱགས་
ནས། ཚོས་རྒྱལ་མེས་དཔོན་རྣམ་གསུམ་ཟེར་བ་ཞིག་ཁོ་རང་ཚོས་བཅོས། རང་
ཚོས་དང་འབེལ་བ་མེད་པའི་བོད་ཀྱི་རྒྱབས་ཆེན་གྱི་ལོ་རྒྱུས་ཆང་མ་གཡོ་
འགེབ་དང་ཅ་མེད་བྱས་པ་རེད། ད་ལན་ལོ་ལྔ་བ་སྐད་གྲགས་ཅན་སྐ་ཙག་
གཉིས་སྐྱ་པོ་ཡིན་པའི་ལོ་རྒྱུས་གསལ་བཤད་མཐོང་རུས། ཁོ་ཚོ་ཉ་ལས་ཉང་
སང་ནས་འདྲོགས་པ་རེད། དེ་ལ་བརྟེན་ནས་གཞོན་ནུ་ཤེས་ཡོན་ཅན་མང་པོ་
ཞིག་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་དོན་དངོས་ལ་དོ་སྤང་བྱུང་བ་རེད། དེས་ང་རང་ཚོའི་མི་
རབས་གསར་པའི་བོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་ལྟ་བ་འགྱུར་སྒྲིག་འགྲོ་བའི་མཐུན་རྐྱེན་
ཡོང་ངེས། འོན་ཀྱང་ཡོན་ཏན་མེད་པའི་མི་ཉུང་ཤས་ཤིག་གིས་ངའི་སྐད་དང་
ཡི་གེ་ལ་མཐེ་མོ་བྱུང་སྟོན་དང་། འགད་རྣམས། ཚལ་གྱི་སོགས་གཏོང་མཁན་དེ་
དག་ནི་ཐུག་དོག་གི་མཚོན་རྟགས་རེད། དེ་ལ་རིགས་གསུམ་ཡོད་འདུག །

དང་པོ་དེ་སྤྱོད་ལོག་གྲུ་ལོག་ནམ་པ། ལྷུང་རིགས་ཀྱིས་ང་ལ་འགུན་ཟླ་མེད་ཀྱང་
མཐུ་དང་དམོད་བོར་མཁན་དེ་དག་རེད།

རིགས་གཉིས་པ་དེ། ས་ཡུལ་བའི་མི་གང་ཞིག །ང་ལ་སྤྱག་དོག་ཡོད་མཁན་
དེ་ནམས་རེད། སྤྱག་དོག་བྱེད་མཁན་གཙོ་བོ་དེ་ས་ཡུལ་གཅིག་པའི་མི་ཡིན་
པ་ཚོས་ཉིད་རེད།

རིགས་གསུམ་པ་དེ། སློབ་གྲོགས་འགའ་ཞིག་ཡིན་པར་མཐོང་། ཐོད་ཡིག་
སློབ་གྲུ་ནས་ཐོན་པའི་སློབ་མ་འགའ་ཞིག་དང་། ལྷག་པར་དུ་ལོ་རིམ་གྲུ་གཉིས་
པའི་སློབ་གྲོགས་ནམས་རེད། ས་ཡུལ་གཅིག་པའི་མི་དང་། སློབ་གྲོགས་ནམས་
གྲོགས་པོ་ལྷུང་ན་གྲོགས་པོ་ཡག་ཤོས་དང་། འགུན་ཚོད་བྱུང་ན་སྤྱག་དོག་ཆེ་
ཤོས་ཆགས་པ་ཚོས་ཉིད་རེད།

‡ གསལ་བཤད་གཉིས་པ། དགེ་བཤེས་ངག་སྒྲོན་གྱིས་གནའ་བོའི་ཐོད་
ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་ལོ་ཚོགས་དེ་དག་ལྷུང་རིགས་ཀྱི་ཁྱད་སྤངས་གང་ཡང་མེད་པ་ཁོ་རང་
གི་དགོངས་གཏེར་རེད། དགེ་ལུགས་པ་ལ་གཏེར་སྒྲོན་མེད་ཀྱང་ངག་གི་
དབང་ལྷག་དགེ་ལུགས་པའི་གཏེར་སྒྲོན་གསར་པ་ཆགས་འདུག །ད་ད་ད་
གནའ་བོའི་ཐོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་ལོ་ཚོགས་རེའུ་མིག་རིང་པོ་ཞིག་བསྒྲིགས་ནས་
བཏང་འདུག་པ་དེ་ནི་ཁྱོད་རང་དུས་ཚོད་འཕྲོ་བརྒྱགས་རེད། ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་དོན་
དངོས་དང་མཐུན་ཐབས་མེད་པ་ཞིག་རེད། ངས་ལོ་རྒྱུས་ལ་ཞིབ་འདུག་ཐོག་
མར་བྱེད་སྐབས་ནོར་འབྲུལ་འདི་བྱེད་ཅུང་། ཡིག་རྒྱུང་གཅིག་ཁོ་ན་ལྷུང་
རྒྱལ་རབས་ལོ་ཚོགས་བསྒྲིགས་ན་མངའ་བདག་གི་རལ་ཅན་གྱི་དབང་རྒྱར་
བའི་དུས་ཚོད་དེ་སྤྱི་ལོ་༡༠༠ ལོའི་ཡས་མས་ཤིག་ལ་སླེབས་ཡོང་གི་རེད། དེ་
ལྷུང་ན་ལྷུང་པའི་གཙུག་ལག་ཁང་མདུན་གྱི་རྩྭ་རིང་ཡི་གེ་དང་མཐུན་ཐབས་
མེད་པ་རེད། རྩྭ་རིང་ཡི་གེ་ལས། ཐོད་ཆེན་པོའི་ལོའི་མིང་ནི་སྤྱིད་ཉགས་ལོ་
བརྒྱད། རྒྱ་ཆེན་པོའི་ལོའི་མིང་ཅང་ཀེང་ལོ་གཉིས། རྒྱ་པོ་སྤྱག་གི་ལོའི་དབྱར་ཟླ་
འབྲིང་པོ་ཚོས་དུག་ལ། དཀྱིལ་འཁོར་ལ་འཛེགས་ཏེ། ཐོད་ཀྱིས་གཅིགས་བབྱུང་
ངོ་། །གཅིགས་ཀྱི་རྩྭ་རིང་གིས་པ་འདི་ཡང་ཐོད་ཆེན་པོའི་ལོའི་མིང་སྤྱིད་ཉགས་

ལོ་དགུ། རྒྱ་ཆེན་པོའི་ལོའི་མྱིང་ཅང་ཀེང་ལོ་གསུམ་པ་རྒྱ་མོ་ཡོས་བྱ་ལོའི་དབྱིང་ཟླ་
འབྲིང་པོ་ཆོས་བརྩ་བཞི་ཉིན། རྩོམ་པ་ཡི་གེ་གིས་སོ། །ཞིས་རྩོམ་པོས་སྤྱ་
བོད་རྒྱལ་པོའི་བྲི་ལོ་བརྒྱད་པ། རྒྱ་ནག་རྒྱལ་པོའི་བྲི་ལོ་གཉིས་པའི་རྒྱ་སྤྱག་ལོར་རྩོ་
རིང་བརྩ་གས་པའི་ཡི་གེ་ད་ལྟ་ཡང་གསལ་པོ་ཡོད་རེད། བྲི་རལ་པ་དང་འདུན་
མ་བྱེད་མཁན་རྒྱ་ནག་རྒྱལ་པོ་ཐང་ལུན་ཅུང་གི་བྲི་ལོ་གཉིས་པའི་རྒྱ་སྤྱག་ལོ་དེ་ཨྱི་
ལོ་༡༩༩༧ལོར་ཡིན་པ་རྒྱ་ནག་གི་ལོ་རྒྱུས་ཡིག་ཆ་དང་ནང་དུ་གསལ་པོ་རེད། དེས་ན་
ཁྱོད་རང་གི་ལོ་ཆོགས་རེའུ་མིག་ནི་མིག་བརྩམས་ནས་བརྟོན་པའི་གཏེར་མ་ཞིག་
ཡིན་ནམ། ཁྱོད་རང་གི་ལན་འདེབས་པ་དེ་དག་ཀྱང་བསྐྱར་རྒྱས་ཁོ་ན་ལས་ལྷང་
རིགས་གསར་པ་གང་ཡང་མི་སྤང་། ང་ལ་ལན་དང་། ཀྱན་གསལ་ཟླ་བ་ལ་ལན།
ར་སེར་ལ་ལན། གངས་སེང་ལ་ལན་ཆང་མ་བསྐྱར་རྒྱས་རེད། ཅུས་ཆོད་ཚུད་ཚོས་
རེད། བཤོ་སྤྱོད་གི་དགོས་པ་མི་འདུག །ངས་དམའ་འབེབས་མིན། དགོངས་པ་མ་
འཆོམས།

༥ གསལ་བཤད་གསུམ་པ། དངོས་གནས་བྱས་ན་ཁོང་གཞུང་བཀའ་བོད་
ནམས་བྱང་ཆ་ཡོད་སྤྱིད་ཀྱང་། རིག་གནས་ཨྱི་དང་ལོ་རྒྱུས་རྒྱུ་རྩེ་ལ་ལྟ་རྒྱ་དང་།
མཐོང་རྒྱ། རིག་པའི་ནམ་དཔྱད། ཞིབ་འཇུག་གི་ཉམས་སྦྱང་སོགས་རྩ་བ་ནས་
མེད་པ་ཞིག་རེད། ཁོང་གིས་ཁྱོད་རང་གི་ལོ་རྒྱུས་པརྒྱ་རྒྱ་གཉི་ལྟེ་མིག་དང་།
ཆོག་མཐོང་ནང་དུ་གིས་པ་ལྟ་བུ་མི་མཐུན་པ་འགལ་བ་རེད་འདུག་ཟེར་ནས་ཤོག་
ལྟོབ་ཁ་ཤས་པར་བཏབ་ནས་བཏང་བྱང་། དེ་ནི་ཁྱོད་རང་གིས་དཔེ་ཆའི་རིགས་
དང་དབྱེ་བ་མ་ཤེས་པའི་སྤྱོད་ཉམས་རེད། ལོ་རྒྱུས་ནང་ལ་གིས་པ་དེ་ངའི་ལྟ་བ་
རེད། ངས་ཞིབ་འཇུག་བྱས་ཏེ་གཏན་ལ་ཐབས་པའི་ལྟ་བ་རེད། ལས་ཀའི་འབྲས་
བྱ་རེད། ཆོག་མཐོང་ཟེར་བ་དེ་བོད་ཀྱི་སྤྱད་ཡིག་ཐོག་དུ་ཡོད་པའི་མིང་དང་ཐ་
སྤྱད། ལོ་རྒྱུས་ཐོག་དུ་བྱང་བའི་དོན་བཟང་ངན་མཐའ་དག་གི་མིང་དང་ཐ་སྤྱད་
ནམས་ལ་འགྲེལ་བཤད་ཁ་གསལ་བྱ་རྒྱ་དེ་རེད། ཆོག་མཐོང་ནང་དུ་ངའི་ལྟ་བ་
བརྩ་གས་མ་རེད། བོད་ཀྱི་མིང་ཆོག་ནམས་འགྲེལ་བཤད་བྱེད་ས་རེད། དེ་གཉིས་
ཀྱི་ཁྱོད་པར་མ་ཤེས་པ་ནི་དགེ་བཤེས་རིག་གཞུང་ཞིབ་འཇུག་ལ་ཆོངས་ཉམས་

རེད། ཚོགས་གཏོར་རྒྱ་མཚོའི་ནང་དུ་ད་དུང་ཡིག་ནོར་དང་། འགྲེལ་ནོར་བྱུང་བ་
འགའ་ཞིག་སྤང་། དེ་དག་ངའི་ལས་ཀ་ཞིབ་ཆ་མ་ཐུབ་པའི་ནོར་འབྲུལ་རེད། ད་
དུང་ལུ་མཐུད་བཅོས་བཞིན་པ་ཡིན། ཚོགས་གཏོར་རྒྱ་མཚོ་དང་གཅིག་པུས་བསྒྲིགས་
པ་ཞིག་མ་རེད། དཔེ་ཆའི་མཐུག་བྱུང་ལ་ལྟོས་དང་། ང་གཙོ་སྒྲིག་པ་རེད། ལས་
ཞུགས་མི་སྣ་སྤྱི་ཚོགས་གཅིག་ཡོད་རེད། དུས་ཚོད་བྱུང་དུ་ལོ་བརྒྱད་ཀྱི་རིང་ལ།
ཚོགས་མཛོད་ཆེན་པོ་འདི་ལྟ་བུ་ཞིག་དང་གཅིག་པུས་བསྒྲིགས་མི་ཐུབ་སྤྱི་ཚོགས་
སྤྱ། མདོ་དཔུས་ཁམས་གསུམ་གྱི་མི་རྣམས་ཀྱིས་པོད་སྐད་ཐ་སྐད་ཡོད་དོ་ཅག་
བསྐྱུ་བྱས་བྱས་ཤིང་ཕྱོགས་བསྒྲིགས་བྱས་པ་ཞིག་ཡིན་པ་ནི་ཚོགས་མཛོད་མཐུག་གི་
ཚོགས་གཏོར་རྒྱ་མཚོ་ཙམ་སྒྲིག་ཚོགས་ཚུང་གི་མིང་ཐོ་ལ་ལྟོས་དང་གསལ་པོ་ཡོད།

‡ གསལ་བཤད་བཞི་པ། ས་པར་གྱི་སྤྲུལ་བཅོན་དམ་པའི་འགྲེལ་བཤད་
ཀྱི་ལོགས་རིས་དེ་ཁྱོད་རང་གིས་མཐོང་མ་ཚུང་བའི་སྐྱེན་གྱིས་ཐུབ་བསྐྱེན་སྐྱེན་
ཚོགས་ཀྱིས་རྒྱན་དཔང་བཅོས་པ་རེད་ཟེར་ནས་ས་ཡིག་བརྒྱབ། དེ་ཐོག་དུ་
གཏོང་བ་ནི་དགོས་ལ་མཐོང་རྒྱ་མེད་པའི་སྐྱེན་དུ་ངས། ལོགས་པར་
གཟིགས་དང་། བསམ་ཡས་གཙུག་ལག་ཁང་གི་ལོགས་རིས་ངོས་ཀྱི་སྤྲུལ་བཅོན་
དམ་པ་ལ་ས་པར་གྱིས་འགྲེལ་བཤད་གནང་བའི་ངང་པ་མེར་པོ་དེ་དགོས་སྤྱོད་
མཚོན་བྱེད་དང་། བེ་ཙོ་ལྷང་ཁུ་དེ་སྐྱེ་བོ་མཚོན་བྱེད་ཅེས་པ་དེ་རེད། མདོར་
བསྐྱུས་ན། ངང་པ་མེར་པོ་མགོ་གཉིས་ཅན་ནི་དགོས་སྤྱོད་ཞི་བ་འཚོ་དང་། བེ་
རོ་ཙོ་ན་མཚོན་བྱེད། བེ་ཙོ་ལྷང་ཁུ་མགོ་གཉིས་ཅན་དེ་སྐྱེ་བོ་སྐྱ་ཙོག་གཉིས་
མཚོན་བྱེད་ཡིན་གསུང་ཡོད་པ་རེད། ལོགས་རིས་དེ་དག་ལས་བེ་ཙོ་ལྷང་ཁུ་
མགོ་གཉིས་ཅན་དེ་སྐྱེ་བོ་མཚོན་བྱེད་ཡིན་ཞེས་པའི་མིང་དེ་ཡོད་མེད་ཡིག་ཆ་
རིགས་གཉིས་ཡོད་པ་ལས། སྐྱ་ཙོག་མཚོན་བྱེད་ཟེར་བ་ལོགས་རིས་ཐམས་
ཅད་གཅིག་མཐུན་ཡིན་འདུག །དགོས་ལོགས་། ཐེལ་བ་མ་ལངས། ཞིབ་
ཆ་གཟིགས། ལོགས་རིས་ངས་པར་སྤངས་པ་མ་རེད། འགྲེལ་བཤད་ངས་བྱིས་
པ་མ་རེད། དུ་བ་ངའི་སྐད་འཕྲིན་མ་རེད། འདི་ངའི་རྒྱན་མ་རེད། ཁྱོད་
རང་གི་རྒྱན་རེད། །

༥ གསལ་བཤད་ལུ་པ། ད་ལན་ཁྱོད་རང་གིས་ར་ལ་དགག་པའི་གྲུབ་
འབྲས། བོད་ནང་དུ་ཉེ་དུས་སྐད་འཕྲིན་གྱི་དྲ་བའི་འབེལ་ལ་བརྟེན་ནས་ཨྱི་
བཏང་དགེ་ལུགས་པའི་དགེ་བཤེས་དེ་ཙམ་ལྟ་བུ་དང་མཐོང་བྱ་ཆེ་བ་ཞིག་ཡིན་
པ་དང་། མཁན་པོ་དང་སྤྱལ་སྤྱ་རྣམས་དང་མི་འདྲ་བ་ཞིག་ཡིན་པར་ངོས་
འཛིན་ཞིང་ཡོད་རེད། གཙོ་བོར་བེ་རི་དགེ་བཤེས། ལྷག་སྤྱ་ཚར་གཙོ་དང་། བདེ་
བར་གཤེགས་པ་འཇམ་དཔལ་སློ་ཤེས་རྣམས་ཀྱི་གསུང་བཤད་ཀྱི་བཀའ་དྲིན་
ལ་བརྟེན་ནས་དགེ་ལུགས་པའི་མཚན་ཡག་པོ་ཆགས་ཡོད། དྲ་བ་ཚང་མའི་
ནང་དུ་དགེ་ལུགས་པའི་དགེ་བཤེས་དེ་དག་ལུང་རིགས་ཡོད་པ། གཞུང་
ལུགས་ཤེས་པ། ལྟ་བུ་དང་མཐོང་བྱ་མི་འདྲ་བ་ཞིག་རེད་ཟེར་ནས་བཤད་
བཞིན་པ་རེད། ཁ་སང་དེ་རིང་ཁྱོད་རང་གི་ཚོད་རྒྱུ་ལ་ཉན་ནས་བྱ་ཐོག་
དུ་མི་མང་པོ་ཞིག་གིས་དགེ་ལུགས་པའི་དགེ་བཤེས་ནང་ལ་ལུང་རིགས་མེད་
པའི་སྐད་ཆ་ཨ་མཚོ་འདོན་འདོན་བྱེད་མཁན་དེ་ལྟར་མཐོང་མ་ཚུང་།
གནའ་སྤྱ་མོ་དགེ་ལུགས་པ་ལྷག་པ་དགེ་བཤེས་ཟེར་བ་ཞིག་ཡོད་པ་རེད་ཟེར།
དག་གི་དབང་སྤྱག་ཟེར་བ་དེ་ལྷག་པ་དགེ་བཤེས་ཡིན་པར་འདྲ། ཟེར་མཁན་
མང་པོ་ཡོད་འདུག །ཁོང་རྣམ་པས་དགེ་ལུགས་པའི་མཚན་སྟན་བཟང་པོ་
བཟོས་པ་དེ་ལ་ཁྱོད་རང་གིས་ནང་ཐིག་གཅིག་བཏབས་སོང་།

༥ གསལ་བཤད་དུག་པ། ཉིད་ཀྱི་ལུས་ལ་གནས་པའི་རང་བཞིན་གྱི་དགྲ་
ལྷག་ཅིག་སྤུལ་བར། ལྷ་ཚྭ་གས་གྲ་དྲོགས་སློ་བྱང་གསུམ། །རང་བཞིན་གནས་
པའི་རྣམས་གསུམ་ཡིན། །ར་བྱ་ཆེ་ཞིང་ཐོས་བྱ་ཆུང་། །བདེན་རྒྱུ་དབྱེད་པའི་
སློ་རིག་རྒྱུ། །སློང་པ་ཆུང་བའི་རྣམས་གསུམ་ཡིན། །ཚོ་བ་དང་ཉམ་པ་རྩིག་
མདོག་གསུམ། །ལྷལ་ལས་སྤྱེས་པའི་རྣམས་གསུམ་ཡིན། །དེ་ལྟར་རྣམ་སྤྲིན་ལས་
བྱུང་བའི། །རྒྱ་མཐུན་འབྲས་དང་དབང་གི་འབྲས། །ཁྱིད་ཀྱི་སྤྱ་གསུང་ལྷགས་
རྣམས་ལ། །ཡོངས་སུ་སྤྲིན་པའི་རྣམས་རིགས་དག། །ངོ་བོ་ཉིད་ཀྱི་མཚོད་པ་
འདི། །ལྟན་ཅིག་དགེ་བཤེས་ཞལ་དུ་བསྟུབས། །ཞིས་རྒྱལ་ཁམས་པ་དེས་སོ། །

ལྷགས་སྤང་ཁོ་གསར་པའི་ཤིས་ཚིག་ 2021.2.11

ལྷགས་སྤང་གསར་པའི་ཤིས་ཚིག་ལ་མཛད་སྤྱོད་ལྟོགས།



ལྷགས་སྤང་གསར་པའི་ཤིས་ཚིག་ལ་

མཛད་སྤྱོད་ལྟོགས། 2021.2

7 | ལངས་མཛད་སྤྱོད་ལྟོགས།

2021.2.12 Pn 五

ལྷགས་སྤང་གསར་པའི་

ཤིས་ཚིག་ལྟོགས།

ལྷགས་སྤང་གསར་པའི་ཤིས་ཚིག་ལ་མཛད་སྤྱོད་ལྟོགས།
ལྷགས་སྤང་གསར་པའི་ཤིས་ཚིག་ལ་མཛད་སྤྱོད་ལྟོགས།
ལྷགས་སྤང་གསར་པའི་ཤིས་ཚིག་ལ་མཛད་སྤྱོད་ལྟོགས།
ལྷགས་སྤང་གསར་པའི་ཤིས་ཚིག་ལ་མཛད་སྤྱོད་ལྟོགས།

གནམ་ལོ་གསར་པའི་ནང་དུ་གཞོན་ནུ་རྒྱལ་ལ་རེ་འབོད།

2021.2.16

གནམ་ལོ་གསར་པའི་ནང་དུ་གྲོགས་པོ་ཚང་མ་ལ་བཀྱ་ཤིས་བདེ་ལེགས་ཞུ།
ཐོད་ཀྱི་གཞོན་ནུ་རྒྱལ་ལ་པ་གཙོར་བྱས་པའི་ཐོད་རིགས་སྤུན་ཟླ་རྒྱལ་ལ་ལོ་
གསར་པའི་ནང་གི་རེ་ཞུ་ཆོག་ཁ་ཤས་ཤིག་ཡོད།

དང་པོ། གནམ་ལོ་གསར་ཤར། རིག་པ་གསལ་དྲངས་ཆགས། ཅི་བྱས་ལམ་
དུ་འགྲོ། མདུན་ལམ་གསར་པ་རྟེན། ཆོ་དང་བསོད་ནམས་འཕེལ་བའི་ཐབས་
ལམ་ལ་འབད་བཅོམ་གནང་བ་ཞུ།

གཉིས་པ། ལས་དང་བྱ་བ་གང་བྱས་ན་བསམ་སློ་ཡོད་པ། འཆར་གཞི་
ཡོད་པ་ཞིག་གི་སློ་ནས་ལས་ཀ་བྱས་ན་འབྲས་བུ་ཐོན་བཞིན་པེད། འགྲུལ་ཙམ་
ཉིད་ནས་མོ་མ་འདེབས། མོ་བེར་བ་དེ་གནའ་སྤྲེལ་མོའི་དུས་སུ་མི་ལ་ཡོན་ཏན་
མེད། ཤེས་རྒྱ་མེད། མཐོང་རྒྱ་མེད་པའི་དུས་སུ་རང་ཐག་རང་གིས་མི་ཆོད་
ནས་ལྟ་ལ་འདྲི་བའི་རྒྱལ་པ་ཞིག་པེད། དེར་སང་མི་རྒྱལ་ལ་ཆེར་ཡོན་
ཏན་ཡོད་པ་དང་། མཐོང་རྒྱ་ཡོད་པ། སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་གནས་ལུགས་གང་ལ་གང་
འཆོམས་ཏེ་གོ་མཁན་ཞིག་ཆགས་ཆར་པ་པེད། དེར་དུས་ཐོད་ལ་མོ་འདེབས་
ནས་ལས་ཀ་ལ་འབྲས་ཤོར་དང་། ནད་པ་འཆི་རྒྱུན། ཆོང་ལས་ཉམས་གུད་
འགོ་རྒྱུན་སོགས་འགལ་རྒྱུན་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་རྒྱ་ཆགས་བཞིན་ཡོད་པ་འདི་ལ་དོ་
སྤྲེང་རེ་གནང་འོས། དེས་ན་དོན་ཆེན་རིགས་བསྐྱབ་འོས་མིན་གྱི་ཆེད་དུ་མོ་
མ་འདེབས། རང་ལ་ཕ་མས་སྤྱོད་པའི་སྤྱད་པ་དང་། དག་རྒྱན་གྱིས་བསྐྱབས་
པའི་ཡོན་ཏན་གཉིས་ཟུང་འབྲེལ་གྱི་སློ་ནས་བསམ་སློ་བཞི་གསུམ་བརྒྱ་གཉིས།
སློ་ཆེ་ཉི་ཤུ་ཅུ་ལྟ་བུ་བཞོད་ནས་བརྟག་དཔྱད་གྱིས། རང་ལས་ཆོངས་པ་དང་།
སྤུན་པའི་མི་ཞིག་ལ་སྤྲོད་ཆ་འདྲི་ཞིང་དེའི་རྩལ་ཐོག་དུ་ཐག་བཅད་པ་ནི་དུད་

འགྲོ་དང་འདྲ་བའི་སྒྲུབ་པོ་ཞིག་རེད། འོན་ཀྱང་རིགས་ལ་ཆེད་མོའི་ཞོར་དུ་
མོ་འདེབས་ན་མི་འོས་པ་མེད། དཔེར་ན། དེ་རིང་སྟོང་ཐུང་དཀར་པོ་སྒྲུབ་
དང་དམར་པོ་སྒྲུབ། འོར་མང་རིང་པོ་སྒྲུབ་དང་ཐུང་དུ་སྒྲུབ་པ་གང་དགའ་ལྟ་
བུ་མོ་བཏབ་ན་བསམ་འཆར་མེད། དེ་བཞིན་དུ་འགྲུལ་ཅམ་ཉིད་ནས་གཟུང་
སྐར་བཟང་རན་བརྟག་ཅིང་། གཟུང་སྐར་འཕྲོད་སྐྱུར་བཟང་པོ་ཁོ་ན་བཅའ་
དགོས་ན། ཉིན་ཞིག་གཞུང་ལས་ཁང་ལ་ལས་ཀར་འགྲོ་བ་ལའང་གཟུང་སྐར་
བརྟག་དགོས་པ་ཞིག་ཆགས་སྟིད། གཟུང་སྐར་བཟང་པོ་ཡོད་ན་གང་འདོད་
ལས་དེ་ལས་འགོ་བཙུགས། གཟུང་སྐར་འཕྲོད་སྐྱུར་རན་པ་ཡིན་ན། དེ་སྒྲིག་
བྱེད་ཀྱི་ཐབས་ལ་གཟུང་ཡུམ། སྐར་ཡུམ། གནམ་ས་སྤང་བརྒྱད། དག་པ་
གསེར་མདོ། ཉེས་པ་ཀྱན་སེལ། བཀྲ་ཤིས་བརྟེན་ས་པ། འཇམ་དཔལ་མཚན་
བརྗོད་སོགས་གཟུང་སྐར་རན་པ་ཞི་བའི་ཐབས་མདོ་ཆོག་མང་པོ་ཡོད་པ་རེད།
གཟུང་སྐར་བཟང་རན་ཟེར་བ་དེ་ཆོས་ལུགས་ཀྱི་ལྟ་བ་རེད། གཟུང་སྐར་འཕྲོད་
སྐྱུར་རན་པ་ཞི་བའི་ཐབས་མདོ་ཆོག་དེ་དག་ཀྱང་ཆོས་ལུགས་ཀྱི་ལུགས་སྒྲིལ་
རེད། དེས་ན་གཟུང་སྐར་ཡག་པོ་མེད་ན་མདོ་ཆོག་དེ་དག་གང་རུང་ཆར་
གཅིག་བཏོན་ཞིང་ལས་ཀ་བྱས་ན་གཟུང་སྐར་བཟང་པོ་ཆགས་པ་རེད། ཡིན་
གཅིག་མིན་གཅིག་གཟུང་སྐར་འཕྲོད་སྐྱུར་རན་པའི་ཉི་མ་དེར་ལས་དང་བྱ་བ་
གང་ཡང་བྱ་མི་རུང་ཞེས་ཆིས་གཞུང་ན་ཡོད་མ་རེད། མདོ་ཆོག་དེ་དག་གིས་
གཟུང་སྐར་འཕྲོད་སྐྱུར་རན་པ་དེ་དག་ཞི་མ་རུས་ན། ཆོས་ལུགས་གཞུང་དུ་
མདོ་ཆོག་དེ་དག་འོས་སྐྱུར་བྱས་པ་ལ་ཕན་ཐོགས་ཅི་ཡོད། མོ་ལ་བརྟེན་ནས་
གནོད་པ་ཆེན་པོ་ཡོད་ཀྱི་འདུག །ངའི་ས་ཡུལ་ལ་མོ་ལ་བརྟེན་ནས་མི་མང་པོ་
འཆི་སྒྲུབ་བྱང་ཡོད། མི་ལ་ནད་བྱང་ན་བོད་ལུགས་རིམ་གྱོ་གང་དགོས་མོ་ཞིག་
བཏབ་ན་དབྱུང་གཞི་བྱ་ཆོག་རེད། མོ་ལ་གང་བབས་ཀྱི་རིམ་གྱོ་དགོས་དོན་
མེད། མོ་མ་དང་སྒྲ་མ་བྱང་འབྲེལ་གྱི་མགོ་བསྐྱར་གཏོང་སྟིད། ནད་པ་སྤྲོན་
ཁང་ལ་འགོ་རུང་མིན་མོ་འདེབས་མཁན་ནི་སྒྲུབ་པ་རེད། ནད་གཞི་སྤྱི་མོ་ཡིན་
ན་ཡུལ་དེའི་མི་དམངས་སྤྲོན་ཁང་དང་། རང་གི་མཐུན་སྒྲིལ་དང་བསྐྱུན་ནས་

གོང་བྱིར་ནང་གི་སྤྱི་ལུགས་སྒྲན་ཁང་ཡག་ཤོས་ཤིག་ལ་འགོ་དགོས་པ་ནི་མོ་
དང་གོས་གང་མི་དགོས་པ་ཞིག་རེད། གལ་སྲིད་མོ་བཏབ་སྟེ་ནད་པ་བཅོས་
རྒྱ་སྤྱི་བཤོལ་བྱུང་ན་འཆི་སྐྱོན་ཡོང་སྲིད། མི་ཤི་བ་དང་རྩ་མ་ཆག་པ་གཉིས་ལ་
བསྐྱར་གསོ་བྱེད་ཐབས་མེད་པའི་དཔེ་རེད། མི་ཤི་ཆར་དུས་སྒོར་མོ་རུང་ཟད་
ཡོད་པ་དེ་དགོན་པའི་ནང་དུ་བསྐྱལ་ནས་དགེ་ཅུ་བསྐྱབ་པ་དེས་ཕན་ཐོགས་
ཆེན་པོ་ཡོད་མི་སྲིད་པ་རེད། ཆོས་བསྐྱབ་བསམ་ན་གསོན་ཆེ་རང་གིས་སྐྱབས།
བསམ་པ་བཟང་པོ་གྱིས། ལས་རྒྱ་འབྲས་བསྐྱང་། ཁ་བརྟན་དགེ་སྦྱོར་བྱས་ན་
རང་གིས་བསྐྱབས་པའི་འབྲས་བྱ་དེ་རང་ལ་ཐོབ་ངེས་རེད། ཤི་ཆར་དུས་ཞག་
པོ་བཞི་རུ་ཞེ་དགུའི་རིང་གཞན་ལ་བཅོལ་བའི་དགེ་ཅུ་དེ་གཤིན་པོ་ལ་རི་ཅམ་
ཐོབ་སྐྱབ་སྐྱས་ཀྱང་ཤེས་དགའ།

གཞན་ཡང་ལས་དང་བྱ་བ་གང་ཞིག་སྐྱབ་སྐྱབས་མིག་སྒར་གྱི་གནས་ཚུལ་
དང་བསྐྱན་ནས་ལས་ཀྱི་གྱིས། མ་འོངས་པར་གང་ཡོང་མོ་མ་འདེབས། མོ་ལ་
བརྟེན་ནས་བར་ཆད་ཆེན་པོ་ཡོང་སྲིད། དཔེར་ན། ད་ལོ་མི་ཞིག་གི་ཁོའི་བྱ་
བྱིན་དུར་ལྷ་གྲིས་ནས་སྤྲ་ཆ་ཡག་པོ་རག་གི་ཡོད་རེད། བྱིན་དུར་རྟག་དབྱིབས་
ནད་ཡོང་སྐབས། བྱ་བྱིན་དུར་སྤྲ་མཐུད་བཟུང་ན་ནད་ཡམས་ཀྱིས་སྦྱོན་ཡོད་
མེད་མོ་བརྒྱབ་པ་རེད། མོ་པས་བྱིན་དུ་ལ་ཉེན་ཁ་ཡོད་པའི་ངོ་རེད། ཡར་པ་
ཡུལ་ལ་འོང་ན་དགའ་ས་རེད་གསུངས་པ་རེད། ཁོས་ཐག་དེ་ཐོག་དུ་བཅད་
དེ་ལྷ་འབྲི་སར་དགོངས་པ་ཞུས་ཏེ་པ་ཡུལ་ལ་སྤྱོད་པ་རེད། པ་ཡུལ་སྐབས་
རྩིས་ཉིན་ཤས་རྩིས་སྤྱ་ཆར་སྤྱ་ལེན་སར་KTV ཟེར་བ་དེའི་ནང་དུ་སོང་། མི་
ཆོ་གཅིག་དང་རྒྱུ་རེས་བགོས་ཏེ། ཁོའི་བྱའི་མགོ་ལ་གྱི་བརྒྱབ་སྟེ་སྤྲན་ཁང་
ནང་ཉལ་དགོས་པ་བཅོས་པ་རེད། བྱིན་དུར་ལྷ་འབྲི་མཁན་ནམས་སྤྱ་ལའང་
ནད་ཡམས་མ་བྱུང་པ་རེད། སྤྱ་སྤྱ་དེར་བྱིན་དུ་ལ་ཐོབ་འོས་པའི་སྤྲ་ཆ་དེ་ཤོར།
པ་ཡུལ་ལ་སྤྱོད་ཡོན་དེ་གྱོང་། མོ་བཏབ་པའི་འབྲས་བྱ་དེ་རེད། དེ་དཔེར་
ཅམ་ཡིན། ད་དུང་མོ་བཏབ་ནས་གྱོང་གྱོང་ཡོང་པའི་དཔེར་ཏེ་ཅང་མང་པོ་
ཡོད་པ་ཁྱོད་རང་ཆོས་ཀྱང་ཤེས་བཞིན་པ་རེད། གཞན་ཡང་རེ་བ་གལ་ཆེ་

ཤོས་ཤིག་ནི། གཞོན་ཅུ་ནམས་གྲོགས་ངན་པ་དང་མ་འགྲོགས། རྒྱལ་ཁབ་གྱི་
 བྱིས་དང་མི་འགལ་བར་གྱིས། ལྷག་པར་དུ་སློབ་གྲྭ་བ་ནམས་གྲོགས་ངན་ལ་
 འཛེམས་པ་ཏ་ཅང་གལ་ཆེ། གྲོགས་ངན་པའི་མཉམ་དུ་སོང་ན་རྒྱན་མ་དང་།
 བྲམ་པ། ཆང་རག་ཆོད་མེད་འབྱུང་མཁན། དུག་འཐེན་མཁན། རླུགས་བཞག་
 པ་སོགས་གྲོགས་པོ་དེ་ལ་སློབ་ངན་གང་ཡོད་དེ་རང་ལ་ལོབ་ངེས་རེད། དེས་
 མི་ཆེད་མཉུན་ལམ་མེད་པ་ཆགས་ཆར་པ་རེད། དེ་ལ་དོགས་ཐོན་བྱ་འོས།
 རྒྱལ་སྤྱི་ལག་ལེན་ལས། གང་དང་འགྲོགས་ན་དུག་གསུམ་འཕེལ་འབྱུར་
 ཞིང་། །ཐོས་བསམ་སློམ་པའི་བྱ་བ་ཉམས་གུར་ལ། །བྲམས་དང་སྒྲིང་རྩེ་མེད་
 པར་རྒྱར་བྱེད་པས། །གྲོགས་ངན་སྤང་བ་རྒྱལ་སྤྱི་ལག་ལེན་ཡིན། །ཞེས་
 གསུངས་པ་ལྟར་རེད།

རྒྱལ་ཁབ་གྱི་བྱིས་དང་འགལ་ན། བྱོད་ལ་ཡོན་ཏན་ཡོད་ཀྱང་ཕན་ཐོགས་
 དང་། རུས་པ་མེད་པ། བྱིས་སྤྱག་གཤོག་པ་ཆག་པ་ལྟ་བུ་ཞིག་ཆགས་ཆར་པ་
 རེད། ང་ཆོ་སོད་རིགས་ལ་བྱིས་ཀྱི་འདུ་ཤེས་གསལ་པོ་ཡོད་མ་རེད། མདོར་
 བསྟན་ན། བྱིས་པ་བསྐྱུང་བ་དང་། ལས་རྒྱ་འབྲས་བསྐྱུང་བེར་བ་གཉིས་པལ་
 ཆར་འདྲ་མཉམ་རེད། གཞན་ལ་གནོད་པ་མེད་པའི་སློ་ནས་རང་གི་ཁེ་ཕན་
 བསྐྱུང་ན་དེའང་བྱིས་པ་བསྐྱུང་བའི་ཐབས་ཤིག་རེད། ལྷ་ལོག་ཆོས་ཁོ་རང་
 ཆོད་སྟན་གྲགས་འཆོལ་བ་ལས། བོད་མི་དམངས་ལ་ཕན་པའི་བྱིས་དང་།
 ལས་རྒྱ་འབྲས་བསྐྱུང་དགོས་པའི་སློབ་གྲྭ་སློབ་གསོ་ཡང་དག་པ་ཞིག་ཏེ་ལམ་
 མ་མཐོང་། དཔེར་ན། དགེ་བཅུད་ཀྱི་བྱིས་པ་བཅོས་ཏེ་ཡུལ་མི་ནམས་ལ་གཡག་
 བཤར་མི་ཆོག་པ་དང་། རི་དྲགས་གསང་མི་ཆོག་པའི་བྱིས་པ་བཅོས་ཡོད་ཀྱང་
 མི་གསོད་པ་ལ་དོ་དམ་བྱས་མི་འདུག །དགེ་བཅུད་ཀྱི་བྱིས་པ་ཡོད་ས་ལ་གཡག་
 གཤར་མཁན་ཉུང་དུ་ཕྱིན། མི་གསོད་མཁན་རྩེ་མང་རེད་འདུག །དེ་བོད་ཀྱི་
 ལྷ་མའི་སློབ་གསོའི་འབྲས་བུ་རེད། མདོར་ན་རྒྱལ་ཁབ་གྱི་བྱིས་དང་འགལ་
 ན་མི་ཆེད་མཉུན་ལམ་བརྒྱགས་ཆར་པ་རེད། བོད་རིགས་ནམས་འབྲུག་ཆོད་
 བྱེད། གསོད་ངེས་བྱེད་མཁན་ལ་དཔལ་པོ་རེད་ཟེར་ཞིང་བསྟོད་བསྟུགས་བྱེད་

པ་དེ་ཡོན་ཏན་མེད་པའི་རྟགས་རེད། མི་ཤིན་སྒར་ཡང་ལངས་རྒྱ་ཡོད་མ་
རེད། དཔལ་པོ་ཡོན་ན་འདྲ། རར་མ་ཡོན་ན་འདྲ། ཤི་ཚར་རུས་བསྟོད་
སྒྲིང་གང་བྱས་ཀྱང་ཕན་ཐོགས་ཏིལ་འབྱུང་ཅི་ཡོད་མ་རེད། ལྷག་པར་རུ་སྒྲ་
ལོག་ཚོའི་ཁ་ལ་མ་ཉོན། ཁོ་ཚོས་མི་རྣམས་འཕྱི་བ་ལ་བྱི་བའི་སྒྲིངས་བྱེད་ཅིང་
འབྲུག་ཚོད་བྱེད་སར་གཏང་ལེ་རེད། ཁོ་ཚོ་སངས་རྒྱས་བསྟན་པའི་དགྲ་པོ་
རེད། ང་ཚོའི་བྱ་བ་མཐའི་དགྲ་པོ་རེད། སྒྲ་མའི་སྒྱུ་ལ་བསྟོན་མཁན་རེད་ཅེས་
སོགས་ལོག་པའི་སྒྲོབ་གསོ་བྱེད་ཅིང་དམག་རྒྱུ་ས་དང་། མི་གསད་སར་
གཏོང་གི་ཡོད་པ་རེད། དཔེར་ན། ས་འབྱི་འབྲུག་པ། བཀའ་དགའི་འབྲུག་པ་
ལ་སོགས་པའི་ཚོས་ལྷགས་པས་སྒྲོང་པའི་ནང་འབྲུག་སྐབས་སུ་མི་སེར་རྣམས་
མགོ་བསྐྱར་ལོག་རུ་དམག་ཐོག་བཏང་བའི་སྒྱུ་སེར་བྱི་བྱས་མང་པོ་ནང་འབྲུག་
ཐོག་ཤི་བ་རེད། དེང་སང་ཡང་མི་དམངས་ལ་ངན་སྒྱུ་ལ་བྱེད་ཅིང་མི་རིགས་
ཀྱི་ལ་རྒྱ་དང་། ཚོས་ལྷགས་ཀྱི་ལ་རྒྱ་བེར་ནས་བེར་ཆ་སྒྲོང་བརྒྱུ་པ་དང་།
སྒྲ་མ་དང་དགོན་པའི་བར་ན་འབྲུག་ལོང་གི་ཡུལ་དམག་དང་། སྒྲ་དམག་བྲིད་
མཁན་ཆང་མ་སྒྲ་ལོག་རྣམས་རེད། སྒྲ་མའི་སྒྲོབ་གསོ་ལ་མ་ཉོན་བེར་ནས་
དུན་སྒྲོང་བྱ་དགོས་པའི་རྒྱ་མཚན་དེ་རེད། ངས་བཤད་པ་ལ་རྒྱ་མཚན་ཡོད་
མེད་ཁྱོད་རང་ཚོས་དབྱད་པ་གྱིས། རང་ལ་ཕན་ཐོགས་ཡོད་མེད་སོ་སོས་
དབྱད་པ་གྱིས། །

དཔེར་ན། ཉེ་ཆར་རྒྱིང་མའི་སྤྲུགས་པ་འདྲ་བའི་རྒན་པོ་ཞིག་གིས། སྐད་
འཕྱིན་ཐོག་རུ་ཚུལ་བྱིམས་སྒོ་གྲོས་དང་། བསོད་དར་རྒྱས་ལ་བསྐྱར་འདེབས་
བྱེད་མཁན་སུ་ཡོད་ན་ཁོ་རང་གསད་སར་འགོ་གིན་ཡོན་བེར་ནས་རུ་འཕོད་
བྱེད་ཅིང་། ང་གསོན་པོ་ཟླ་གོ་མ་ཚོད་ན། ཤིན་རོ་གོ་ཚོད་པ་ཞིག་བྱ་ངེས་
ཡོན་བེར་བ་དེ་མཐོང་ངམ། ཡོན་ཏན་མེད་པའི་ཚོས་ལྷགས་པ་དེ་དག་གི་
སྐད་པའི་ནང་རུ་དངོས་གནས་ནད་རུག་འཇུག་ཆར་པ་རེད། དེང་རུས་སྐད་
ཆ་སྒྲར་ན་སྐད་པའི་ནང་རྒྱ་འཇུག་ཆར་པ་དང་། སྒྲོལ་རྒྱན་སྐད་ཆ་སྒྲར་ན་
རྒྱིང་ལ་གདོན་འདྲེ་འགོང་པོ་ཞུགས་ཆར་པ་རེད། དོན་དངོས་ལ་མི་འདི་དག་

ལ་རང་འདོད་མ་གཏོགས་བཟོད་པ་དང་སྤྱིར་རྗེ་ཡོད་མ་རེད། ཆོས་ལ་སྤྱན་
ཞེན་མ་གཏོགས་དད་པ་ཡོད་མ་རེད།

ཡང་། སྤྱི་དགའི་འབྲོག་སྤྱི་ཞིག་གི་ནང་དུ་ར་ཆོའི་སྤྲ་མ་ལ་བསྐྱར་འདེབས་
མཁན་དེ་ལྟ་ཡོག་རེད། དམ་ཉམས་རེད་དེས་ན་ར་ཆོ་གསད་སར་འགྲོ་དགོས།
བསད་རྗེས་ར་ཆོ་རྒྱལ་ཁབ་གིས་འཛིན་བཟུང་བྱས་ན་འང་ངས་རོ་གོ་ཆོད་ཆར་
བ་རེད། ཅེས་བྱ་ཐོག་དུ་བཤད་ཅིང་ཡོད་པ་གོ་ཐོས་བྱུང་། དེ་སྤྱན་གཏམ་
རེད། མི་གསོན་པོས་མི་གོ་མ་ཆོད་ན། ཤི་ན་རོ་གོ་ཆོད་པ་རེད་ཟེར་བ་གོ་མ་
ཚུང་། རོ་ཡིས་གཞོད་པ་མ་གཏོགས་ཕན་པ་སྐར་མ་གང་ཡོད་མ་རེད། བསམ་
སློབ་དེ་ལྟ་སྤྱི་ཐོག་དུ་བཀས་བཀོད་རྒྱུ་འཛིན་གྱི་སྤྱི་དབང་འོག་དུ་ཆོས་
ལུགས་པས་སློབ་གསོ་བྱས་པའི་འབྲས་བུ། སྤྱན་གཡོག་གི་ནང་དུ་ག་ལྟར་པར་
ཞུགས་པ་དེ་དག་ད་དུང་ཡང་ལྟར་པའི་ནང་གཙང་སེལ་མ་བྱུང་བའི་མཆུག་
འབྲས་ཤིག་རེད། དེ་རིང་བཤད་པའི་སྐད་ཆ་ཉུང་བསྐྱས་འདི་ང་རང་དུས་
རྒྱུ་སློབ་མ་རྣམས་ལ་སློབ་གསོ་བྱས་པའི་གོམས་གཤིས་དེས། ལོ་གསར་
སྐབས་འདིར་བོད་རིག་པ་སྤྱི་བཤད་གྱི་བྱ་ཆོམ་ནང་དུ་ཆང་མ་ལ་སློབ་གསོ་
དང་འབོད་སྐུལ་ཞིག་ཡིན། ཞེས་པ་སྤྱི་ལོ་2021ལོའི་ཟླ་བ་2 པའི་ཆོས་16 ཉིན།
རྒྱལ་ཁབ་པ་ཐུབ་བསྐྱན་སྤྱན་ཆོགས་དེས་སྤྲེལ། །

པད་འབྱུང་པོད་ཏུ་རྩལ་ཡུན་ཅི་ཙམ་བཞུགས་པའི་སྐོར་།

2021.2.20

པོད་རིག་པ་སྤྱི་བཤད་གླིང་གི་ཚོགས་མི་ཡོངས་ལ་བཀྲ་ཤིས་བདེ་ལེགས་ལྷ།
 ཁ་སང་ངས་རྗེ་འབངས་ཉེར་ལྷའི་ནང་ཏུ་དགེ་སློང་རབ་བྱུང་ཡོད་མེད་སྐོར་
 ལ་འདྲི་བ་དོན་ཚན་བརྟན་ཡོད་པ་ཞིག་བཏང་པ་ཡིན། དེ་ལ་ལན་སྟོན་མཁན་
 ད་བར་མ་བྱུང་། དེ་དང་འབྲེལ་བའི་རྩལ་ཚོད་དང་དོན་རྒྱུན་གལ་ཆེ་ཤོས་
 ཤིག་དེ་རྒྱལ་པོ་བློ་སྟོང་སྟོང་ལྡུ་བཅན་གྱི་སྤྱི་ཚོའི་མཛད་རྗེས་དེ་རེད། རྒྱལ་
 པོ་བློ་སྟོང་ལྡུ་བཅན་འབྲུངས་འདས་ཀྱི་ལོ་ཚོགས་ཀྱང་དག་གང་ཞིག་ཡིན་པ་
 རེའུ་མིག་ཅིག་ཀྱང་བཏང་པ་དེ་ལ་ཡང་བཤོ་གླིང་བྱུང་མ་སོང་། སྐུ་ཚོག་ཞང་
 གསུམ་བན་དེ་ཡིན་དང་རབ་བྱུང་ཡིན། རབ་བྱུང་དང་བན་དེ་དོན་གཅིག་
 ཡིན་མིན་སྐོར་ལ། རྗེ་འབངས་ཉེར་ལྷའི་ནང་ཏུ་རབ་བྱུང་ཡོད་མེད་བཟླ་
 དགོས་པ་ཞིག་རེད། ངས་འདྲི་བ་བརྟན་བཏང་པའི་ནང་གི་དྲི་བ་བཞི་པ་དེ་
 གུ་རུ་པ་རྒྱ་འབྱུང་གནས་པོད་ཏུ་ཡུན་ག་ཚད་བཞུགས་ཡོད། ཟེར་བའི་དྲི་བ་དེ་
 རེད། དྲི་བ་དེའི་ལན་གསལ་པོ་ཞིག་བྱུང་ན་གནས་ཚུལ་མང་པོ་ཞིག་ཁ་
 གསལ་པོར་ཆགས་སྟབས། དེས་ན་དེ་རིང་ངས་བཤད་བྱ་གཙོ་བོ་དེ་པད་འབྱུང་
 པོད་ཏུ་རྩལ་ཡུན་རི་ཙམ་བཞུགས་ཡོད་ཟེར་བ་དེ་ཡིན། བརྗོད་བྱ་འདི་ནི་ལོ་
 རྒྱུས་ཞིབ་འཇུག་གི་བཤོ་གླིང་ཞིག་ཡིན་མ་གཏོགས། ངའི་རང་ལུགས་དང་ལྟ་
 བ་གང་ཡང་མིན། ལོ་རྒྱུས་ཞིབ་འཇུག་ཟེར་བ་དེ་ལོ་རྒྱུས་དངོས་གཙོ་སྤྱི་བའི་
 ལྟ་བའི་ཐོག་ནས་དབྱུད་དགོས་པ། བདེན་དོན་དང་མཐུན་དགོས་པ། རྩལ་
 ཚོད་དང་མཐུན་དགོས་པ་ཞིག་རེད། དད་པ་དང་ལྟ་སྦྱང་གི་ནམ་པའི་ཐོག་
 བས་བཤད་ཐབས་མེད་པ་ཞིག་རེད། དེ་ལ་ཐོག་མ་ཁ་སང་གོང་ཏུ་ལྷན་པ་
 བྱང་ལྟར། རྒྱལ་པོ་བློ་སྟོང་ལྡུ་བཅན་འབྲུངས་པའི་ལོ་ཚོགས་དེ་ཏུང་ཉོང་གི་
 ཡིག་ཚང་ལྟར་ན་སྤྱི་ལོ་༡༧༩༥ལོར་རེད། དེ་ནས་ཁོང་གི་མཛད་རྗེས་ཁག་ནམས་
 པོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་ཡིག་ཚང་ཁག་དང་། སྐབས་དེར་རྒྱ་ནག་དང་འབྲེལ་བ་བྱས་

པ་རྒྱུ་ཡིག་ཚང་དུ་འཁོད་པ་ལྟར་ན། ཕྱི་ལོ་༡༩༩༥ལོ་དགུང་ལོ་ང་ལྟའི་ཐོག་སྤྱི་
གཤེགས་པ་པལ་ཆེར་དོན་ལ་གནས་པ་ཞིག་རེད། དང་པོ། ཐུན་མོང་གི་ལོ་
རྒྱུས་དབྱེད་གཞི་ལྟར་བཤད་ན། བྱ་རུ་རིན་པོ་ཆེ་བོད་དུ་གདན་དྲངས་པའི་
དགོས་པ་དེ། རྒྱལ་པོ་ཁྱི་སྒྲོང་ལྷུང་བཅན་གྱིས་བསམ་ཡས་གཙུག་ལག་ཁང་
བཞེངས་པའི་སྐབས་སུ་བོད་ཀྱི་ལྷ་འདྲེ་གདུག་པ་ཅན་དེ་དག་གིས་གནོད་འཚོ་
འདུལ་བའི་ཆེད་དུ། མཁན་པོ་པོ་རྒྱུ་སྟོན་འོས་སྤྱོད་མཛད་ཅིང་བྱ་རུ་བོད་
དུ་གདན་དྲངས། བྱ་རུ་བོད་དུ་ཐེབས་ཤིང་ལྷ་འདྲེ་གདུག་པ་ཅན་རྣམས་
བཀའ་བསྒྲི་དང་དམ་བཅུག་མཛད་ཟིན་པ་དང་ཡུན་རིང་བོད་དུ་མ་བཞུགས་
པ་ལྟ་བུ་ཞིག་བཤད་ཡོད་པ་རེད། དཔེར་ན། ཀོང་སྤུལ་ཡོན་ཏན་རྒྱ་མཚོས་
ཤེས་བྱ་ཀུན་བྱུང་ལས། གདུལ་བྱ་ཐུན་མོང་བ་རྣམས་ཀྱི་སྤང་དོར་བསམ་ཡས་
སུ་མན་ངག་ལྟ་བུའི་སྤང་བ་ཅམ་ཞིག་གསུངས། ཞེས་གསུངས། གདུལ་བྱ་ཐུན་
མོང་བའི་སྤང་དོར། ཟེར་བ་དེ་ལོ་རྒྱུས་དངོས་གཙོ་སྤྱི་བའི་ལྷགས་ལ་ཞེས་པའི་
དོན་དང་། མན་ངག་ལྟ་བུའི་སྤང་བ་ཅམ་གསུངས་ཞེས་པ་ཚོས་མང་པོ་མ་
གསུང་པ་དང་། དེར་བརྟེན་དུས་ཚོད་ཡུན་རིང་མ་བཞུགས་པའི་དོན་བརྟན་
པ་རེད། དེ་བཞིན་དུ་སྤྱི་བཞེད་དང་། མཁས་པའི་དགའ་སྟོན་སོགས་ལོ་རྒྱུས་
ཡིག་ཚང་དེ་དག་གི་ནང་དུ། སྤྱོད་དཔོན་པར་འབྱུང་གནས་གྱིས་བོད་ཀྱི་ལྷ་
འདྲེ་གདུག་པ་ཅན་རྣམས་འདུལ་ཕྱིར། སྤྱིན་སྟེག་ཐེངས་གསུམ་མཛད་གྲབས་
ལ། ཐེངས་གཉིས་ལས་མཛད་ལོང་མ་བྱུང་བ་མདུན་སྟོན་རྣམས་གྲོས་ཏེ་ཕྱིར་
ཐུད་པའི་སྟོར་གྱིས་ཡོད་པ་རེད། སྟོན་པོ་རྣམས་གྱིས་བྱ་རུ་རིན་པོ་ཆེ་འདི་ལྟས་
པ་ཆེ་དྲག་པས་ཡུན་རིང་བོད་དུ་བཞུགས་ན། བོད་ཀྱི་རྒྱལ་སྤྱི་འཕྲོག་པའི་
ཉེན་ཁ་ཡོད་པ་སྤོང་ཞིང་། རྒྱལ་པོ་ལ་དེ་ལྟར་ཞུས་ཏེ་བྱ་རུ་བོད་ཡུལ་ནས་ཕྱིར་
ཐུད་དགོས་པའི་སྟོར་ཞུས་པ་ལ། རྒྱལ་པོ་ཐུགས་མ་མཉེས་ཀྱང་སྟོན་པོ་རྣམས་
གྱིས་འདོད་སྟོ་དང་མི་བརྟན་ཐབས་མེད་ཡིན་སྟབས། ཁོང་གིས་བྱ་རུ་རིན་པོ་
ཆེ་ལ་གསེར་གྱི་གང་སུལ་ནས་ད་ལྟའི་གནས་ཚུལ་འོག་བྱིད་བོད་ལས་ཕྱིར་
ཐེབས་ན་ལེགས་པའི་སྟོར་ཞུས། བྱ་རུ་རིན་པོ་ཆེས་ང་གསེར་འདོད་ན་བོད་དུ་

ཡོང་བ་མིན། པོད་ཀྱི་སྤྱི་ཚོགས་གཏམ་པ་ཅན་ཚུལ་འདྲུལ་བའི་ཆེད་དུ་ཡོང་བ་
 ཡིན། གསེར་འདོད་ན་འདི་དག་ཐམས་ཅད་གསེར་རེད། ཅེས་ས་ནི་ཐམས་
 ཅད་གསེར་དུ་བསྐྱར་བའི་སྤྱང་ཞིག་ཡོད་པ་རེད། བྱ་རུས་གསེར་གྱི་གང་ལས་
 སྤྱར་མོ་གང་སྤངས། གཞན་ཚུལ་སྤྱིར་གནང་ནས་ཐེབས། རྒྱལ་པོས་སྤྱིལ་མ་
 སྤོམ་པོ་ཁག་གཅིག་བཏང་སྟེ་སྤྱིལ་མ་བྱས། སྤྱབས་དེར་འདུན་ས་ནས་བྱ་རུ་
 རིན་པོ་ཆེ་ལས་དུ་གསོད་མཁན་རྟ་པ་བཙོ་བརྒྱད་གཏོང་བ་དེ་དག་གིས་མང་
 ཡུལ་གྱང་ཐང་མ་སྤྱོདས་ཅམ་གྱི་ས་ཆ། རྟོང་ཐབས་ཀྱི་འཕྲང་ཟེར་བ་ཞིག་
 ཡོད་པ་དེར་བསྐྱགས། དེ་དག་དང་འཕྲད་སྤྱབས་སྤོམ་དཔོན་རིན་པོ་ཆེས་
 གདེངས་མཛུབ་ཅིག་བཏོན་པས། གསོད་མི་རྟ་པ་བཙོ་བརྒྱད་པོ་རེངས་ནས་
 འཛིན་གཞུགས་ལྟར་གྱུར། སྤོམ་དཔོན་སྤྱི་འཁོར་ཚུལ་དོང་ཐབས་ཀྱི་འཕྲང་
 ལས་བཀལ་ཏེ་མང་ཡུལ་གྱང་ཐང་ལ་ཁར་སྤྱོདས་པ་དང་། ཁོང་གིས་སྤྱིལ་མ་
 ཚུལ་ལ་བྱིན་བརྒྱབས་བྱས་པའི་ཡུངས་དཀར་ལ་སོགས་པའི་རྣམས་གནང་སྟེ་
 གཤེད་མ་འཛིན་གཞུགས་ལྟར་གནས་པ་དེ་ཚུལ་ལ་གཏོར་དང་རང་སོར་
 གནས་པ་ཡོང་གསུངས་ནས་ནམ་མཁའ་ལ་འཕུར་སོང་བ་རེད། ཅེས་པའི་སྤྱང་
 དང་ལོ་རྒྱས་འདྲེས་མ་ཞིག་གིས་ཡོད་པ་ལ་ལེགས་པར་དབྱེད་ན་ལོ་རྒྱས་ཀྱི་
 རོན་ཁྱེན་མང་པོ་ཆེད་ཐུབ་སྟེ། དང་པོ། བྱ་རུ་པོད་དུ་ཡུན་རིང་བཞུགས་པའི་
 གོ་སྤྱབས་བྱང་མེད་པ་དང་། གཉིས་པ། སྤོམ་པོ་རང་ཞེན་ཅན་ཁག་གཅིག་
 གིས་བྱ་རུ་རིན་པོ་ཆེ་ལ་དཀའ་ངལ་མང་པོ་བཙོས་ཡོད་པ་ཤེས་ཐུབ། ལོ་རྒྱས་
 དངོས་ལ་བྱ་རུ་རིན་པོ་ཆེ་པོད་དུ་ཟླ་བ་གསུམ་བཞུགས་པ་དང་། ཟླ་བ་དྲུག་
 བཞུགས་ཟེར་བ་དེ་གཉིས་ཡོངས་གྲགས་ལྟ་བུ་ཞིག་རེད། པོད་མི་མང་ཆེ་བ་
 རྒྱན་པོ་ཡིན་སྤྱབས་ལོ་རྒྱས་དངོས་དང་། བདེན་དོན་བཤད་ན་དོ་ཚོལ་བྱེད་
 མཁན་ཡོད་རེད། དཔེར་ན། དེང་རུས་གཞོན་ཅུ་མཁས་པ་ཆེན་པོ་དཔལ་
 མཁར་རྒྱལ་གྱིས་བྱ་རུ་པོད་ཀྱི་སྤོམ་པོ་ཁག་གཅིག་གིས་གསོད་སྤྱབས་བྱས་པའི་
 སྤོར་གྱི་ཚོམ་ཡིག་གིས་པ་ལ། ཆིང་མའི་སྤྱོད་ལོག་ཚུལ་ཁོག་དུ་བཞུགས་པའི་
 ཁམས་པའི་ཆོང་པ་དང་། མི་འབྲུལ་ཁག་གཅིག་གིས་འཛིགས་བསྐྱལ་བྱས་

ཡོད་པ་མ་ཟད། རྒྱ་གར་དང་བལ་ཡུལ་གང་རུ་སྡོད་མཁན་ཡིན་མི་ཤེས། ཨྱི་
 འོགས་ནས་དཔལ་མཁར་རྒྱལ་གྱི་དབྱུང་ཚོམ་ལ་དགག་པ་ཤོག་སྟེ་བཟུམ་ཅུ་
 ལྷག་གཅིག་གིས་པ་ཞིང་མཐོང་བྱུང་། ཐོག་མ་ཉིད་ནས་ལོ་རྒྱུས་བདེན་རྒྱུན་
 གྱི་དཔང་རྟགས་ལྟ་སྦྱང་ལ་བརྟེན་ནས་བཤད་པ་ཞིག་རེད། དེ་ནི་མི་གཙང་བ་
 གཅིན་རྒྱལ་གྱི་རིགས་རྣམས་གཙང་མ་ཡིན་པའི་དཔང་རྟགས་སུ་བྱི་ཕག་གི་
 ལྟ་བ་བཞག་པ་དང་དོན་གཅིག་རེད། ལོ་རྒྱུས་དངོས་གཙོ་སྟེ་བའི་ལྟ་བའི་དོས་
 བས་དབྱུང་ན། བྱ་རུ་རིན་པོ་ཆེ་བསམ་ཡས་ལ་རབ་གནས་བྱས་པའི་རྗེས་སུ།
 བོད་རུ་ཡུན་རིང་མ་བཞུགས་པ་ལྟ་བུ་ཞིག་རེད། བྱ་རུ་ལམ་བར་རུ་དགྲོངས་
 ཡོད་མེད་སྟོར་ལ་ང་ཚོས་ལོ་རྒྱུས་དངོས་གཙོ་སྟེ་བའི་ལྟ་བའི་ཐོག་ནས་དབྱུང་
 བ་འཕྱར་སོང་བའི་བའི་རྒྱ་མཚན་སྟོག་བསད་བྱས་པའི་དོན་རྒྱུན་སྦྱར་བསྐྱར་
 གི་ཆེད་རུ་ཡིན་དགོས། དེ་ལ་ཕྱིས་སུ་རྟོག་མའི་སྒྲ་མ་རྣམས་ཀྱིས་ལྟ་སྦྱང་
 མཛོམས་པོ་ཞིག་བཙོས་པ་དེ་ནི་བོད་མི་རྣམས་མགོ་བསྟོར་བའི་ཐབས་ཤིས་
 ཤིག་རེད། དེར་རུས་ཀྱང་དམངས་གཙོ་བཙོས་བསྐྱར་བྱེད་སྐབས། ཨ་མདོའི་
 སྒྲ་མ་ཆེ་དབང་རིག་འཛིན་བེར་ཞིག་ཡོད་པ་དེ་མང་ཚོགས་ཁྲོད་རུ་འཐབ་
 ཚོད་བྱ་བའི་ཆེད་རུ་བཙན་བྱིད་བྱེད་མཁན་ཡུལ་དམག་འགའ་ཞིག་བཏང་།
 ཁོ་ཚོས་སྒྲ་མ་ཞ་པོ་དེ་གཡག་ལ་བསྟོན་ནས་གདན་དྲངས་པའི་ལམ་བར་
 གཡག་ཆད་དེ་འགྲོ་མ་རུས། སྒྲ་མ་དགྲོངས་ཏེ་སྐྱ་ཕུང་ས་འོག་རུ་སྦས། སྒྲ་མ་
 འཕྱར་སོང་བའི་གཏམ་འབྲུལ་ཞིག་བཙོས་པའི་གནས་རྒྱལ་དོ་མ་ཤིས་མཁན་
 དེར་རུས་ཨ་མདོའི་ལས་བྱེད་པ་རྒན་པོའི་གལ་ན་ཡོད་པ་རེད་ཟེར། ཉི་བའི་
 ལོ་ཤས་སྟོན་ལ་རྩལ་བྱིམས་སྟོ་གྲས་ཨ་མདོའི་ཡུལ་རུ་སྒྲ་མ་ཆེ་དབང་རིག་
 འཛིན་ཁྱེ་བ་དེ་འཕྱར་བའི་སྟོར་གྱི་གནད་དོན་ཞིབ་འཇུག་ཆེད་རུ་ཕེབས་ནས།
 ཆེ་དབང་རིག་འཛིན་རི་ལྟར་འཕྱར་བའི་སྟོར་ལ་འགྲོག་པ་རྒྱ་རྒྱས་ཆོའི་ན་
 ཐོས་གང་ཡོད་རྣམས་བཙར་འདྲི་བྱས་པའི་དྲིས་ལན་གང་ཐོབ་པ་རྣམས་སྒྲ་མ་
 འཕྱར་རྒྱ་ཡོད་པའི་བདེན་དཔང་བྱས་ཡོད་པ་ནི། ཉི་མ་རུབ་ཚུགས་ནས་
 འཆར་རྒྱ་ཡོད་པའི་བདེན་དཔང་སྟོན་པའི་གཏམ་ལ་ཁུངས་གཏུགས་པ་དང་

དོན་གཅིག་། །འཛམ་གྱི་སྤྱིར་ན་མི་འཕྱར་རྒྱུ་ཡོད་པ་ཡིད་ཆེས་མཁན་དེ།
 བོད་མི་ཚོངས་པ་དང་། སྤང་པ་ནད་ཅན་གཉིས་མ་གཏོགས་ཡོད་མི་སྤྱིར་པ་
 ཞིག་རེད། དེ་ལྟར་ན་གྲུ་རིན་པོ་ཆེ་ཁོང་བོད་ཏུ་ཟླ་བ་ཁ་ཤས་མ་གཏོགས་
 བཟུགས་ཐུབ་མེད་པ་ཞིག་རེད། དེ་ཡིན་ན་གྲུ་རིན་སྤྱི་འཁོར་ཏུ་བྱུང་བའི་རྩེ་
 འབངས་ཉེར་ལྔའི་ནང་ཏུ་རབ་བྱུང་དགེ་སྤྱོད་མེད་པ་གསལ་པོ་རེད། སད་མི་
 མི་བརྟན་རབ་ཏུ་བྱུང་བའི་རུས་དེ་ཤིང་ཡོས་དང་། ས་ལྷག་ལོ་དེ་བཤད་སྟེལ་
 མི་འདྲ་བ་གཉིས་ཡོད་པ་རེད། ཤིང་ཡོས་ཡིན་ན་སྤྱི་ལོ་༡༧༥༥ལོ་དང་། ས་ལྷག་
 ཡིན་ན་སྤྱི་ལོ་༡༧༧༥ལོ་འཁེལ་ཡོད་པ་རེད། གྲུ་རིན་པོ་ཆེ་བོད་ནས་སྤྱིར་
 ཐེབས་པའི་རུས་དེ་སྤྱི་ལོ་༡༧༤༤དང་༡༧༥༥ལོ་ལས་མི་བཟུལ་བ་ཞིག་རེད། དེས་
 གྲུ་རིན་སྤྱི་འཁོར་རྩེ་འབངས་ཉེར་ལྔའི་ནང་ཏུ་རབ་བྱུང་མེད་པ་ཤིན་ཏུ་
 གསལ་པོ་རེད། སྐབས་དེར་བོན་པོ་བཟུང་བ་དེ་ནི་བོད་རང་གི་ཚོས་ལྷགས་ལ་
 དད་པ་བྱེད་མཁན་ཞིག་དང་། བན་དེ་བཟུང་བ་དེ་རྒྱ་གར་གྱི་ཚོས་ལྷགས་ལ་
 དད་པ་བྱེད་མཁན་རྣམས་ལ་བཟུང་བ་ཞིག་ཡིན་ཏེ། མཁས་པའི་དགའ་སྟོན་
 ལས་དྲངས་པའི་ཡིག་རྒྱུ་ཆེད་ཞིག་ལས། ཆབ་སྲིད་ཀྱི་སྟོན་པོ་མན་ཆད་སྟོན་པོ་
 ཆེ་ཕྱོགས་སྟེལ་དཔལ། བན་དེ་བཟུང་ཆེན་པོ་ལ་གཏོགས་པ། བན་དེ་བཟུང་ག་
 ཡོན་ཏན། བན་དེ་ཐུང་ཏིང་འཛིན། །ཨ་ཆབ་སྲིད་ཀྱི་སྟོན་པོ་བཟུང་ཆེན་པོ་ལ་
 གཏོགས་པ། སྟོན་ཆེན་པོ་ཞང་འཕྲོ་བྱི་གཟུ་རམ་ཤགས། ཞེས་སོགས་གསལ་བ་
 ལས། བན་དེ་བཟུང་ག་ཡོན་ཏན་ནི་མངའ་བདག་བྱི་རལ་སྐབས་ཀྱི་ཚོས་སྟོན་
 གལ་ཆེན་པོ་ཞིག་ཡིན་པ་ལས་རབ་བྱུང་མིན་པ་ནི་བོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་རྒྱ་རིམས་
 ཤེས་མཁན་དག་གིས་ཤེས་པ་ལྟར་རོ། །རྩེ་འབངས་ཉེར་ལྔའི་ཆོག་དེ་ཐོག་མར་
 ངས་མཐོང་པའི་ཡིག་ཆ་དེ་ལས། ཉང་རལ་ཚོས་འབྱུང་རེད། འོན་ཀྱང་དེ་
 ལ་རྩེ་འབངས་ཉེར་ལྔ་ཞེས་པའི་གྲངས་ཀ་ཙམ་ལས་དེ་དག་གང་དང་གང་
 ཡིན་པ་མ་བཤད། རྒྱུ་ཆེད་མའི་ཡིག་ཆ་དེ་ལས་ཆེར་ནང་ཏུ་རྩེ་འབངས་ཉེར་ལྔ་
 མིང་དང་བཅས་པ་བྱིས་ཡོད། སྤྱི་བཟུང་ཐང་ལས་རྩེ་འབངས་སོ་སྟེ་མིང་
 དང་བཅས་པ་བྱིས་ཡོད་པ་སྤྱིར་། དོན་དངོས་གྲུ་རིན་པོ་ཆེའི་སྐབས་སུ་རྩེ་

འབངས་ཉེར་ལྔ་ཟེར་བ་འདི་རྣམས་རྩལ་རབས་བརྒྱ་གཉིས་པའི་ནང་ཙམ་
ཞིག་ནས་བགྲངས་སྟེལ་བྱང་ཡོད་པར་འདྲ།

ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པ་ལྟ་སྤྱད་གི་སྟོན་སྒྲུབ་ཀྱི་རིན་པོ་ཆེའི་རྣམ་ཐར་བཤད་
པ་ནི། གཏེར་སྟོན་རྣམས་ཀྱི་བཤད་སྟེལ་བྱས་པ་ཞིག་རེད། བོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་
ཐོག་རྩ་རང་གི་མི་རིགས་མགོ་བསྐྱར་གཏོང་མཁན་རྩམ་པ་ལ་རིགས་གཉིས་
སྤང་། དེ་ནི་ཡོན་ཏན་ཡོད་པའི་རྩམ་པ་དང་། ཡོན་ཏན་མེད་པའི་རྩམ་པ་
གཉིས་རེད།

1 དང་པོ་ཡོན་ཏན་ཅན་གྱི་རྩམ་པ་ནི། གཏེར་སྟོན་དང་། རྒྱལ་ས་པ་ཟེར་
བ་འདི་གཉིས་རེད། སྟོན་མའི་རྩལ་ཞིག་ན་སྟོག་རྩ་རང་གིས་རི་བྲག་དང་།
རྩེ་མཚོ། ས་འོག་སོགས་སུ་སྤོངས་བསྐྱངས་བྱས་པའི་ཅ་དངོས་དེ་དག་ཉིན་ཞིག་
ཁོམ་ཚོགས་འདུས་པའི་དབུས་སུ་རང་གིས་སྤྱར་སྤྱིར་འདོན་མཁན་གཏེར་སྟོན་
དང་། མི་སེར་དབུས་མས་མི་ཤེས་པའི་རྒྱ་མའི་སྟོན་མོ་ཅག་ཅིག་འབྲལ་ཤེས་
མཁན་དེ་རྒྱལ་ས་པ་རེད།

2 གཉིས་པ་ཡོན་ཏན་མེད་པའི་རྩམ་པ་ནི། འདས་ལོག་དང་། ལྷ་པ་དང་།
ལྷ་མ་ཟེར་བ་འདི་དག་རེད། ཁོ་ཚོ་ཡོན་ཏན་མེད་པ་ཡིན་སྟབས་ཤིན་ཏུ་སྟོག་
གྱུར་གྱི་གནས་རྒྱལ་ཤེས་མདོག་གིས་མགོ་བསྐྱར་བཞིན་ཡོད་པ་རེད། ཁོ་ཚོ་ཤི་
ནས་དཔུལ་བའི་ནང་རྩ་བྱིན། ཁྱོད་ཚོའི་གཤིན་པོ་དེ་དཔུལ་བའི་གནས་གང་
ཞིག་ལ་སྤྱོད་ཡོད་འདུག ཁྱོད་རང་གིས་ཚོས་གང་དང་གང་ཞིག་བསྐྱབས་ན་
བདེ་འགོ་ཐོབ་ས་རེད། ཅས་བཤད་པ་ལ་རྩལ་རྒྱུ་རྒྱུ་རྒྱུ་དཀའ་བ་ཞིག་རེད།
དེས་ན་གཏེར་སྟོན་དག་གིས་གྱུ་རྩ་རིན་པོ་ལ་འདས་གྲོངས་མེད། རངས་རེ་
དགོང་རེར་བོད་ཀྱི་དོན་རྩ་བྱིན། ཞེས་དང་། དད་པ་ཅན་ལ་པད་འབྱུང་སྟོ་
ཉལ་ཡོད། ཟེར་བའི་རྩལ་ཁྱུངས་མེད། མི་སེར་མགོ་གཡོག་བྱེད་གྱི་གཏམ་
དང་། དེང་རྩལ་གསེར་རྩ་མཁན་པོ་དགོ་དཔལ་གྱིས་གྱུ་རྩ་རིན་པོ་ཆེ་ལོ་སྟོང་
ལྷག་གཉིས་བཞུགས་པ་རེད། ཅས་གསུངས་པ་ནི། འཇིག་རྟེན་མི་ལྷགས་ལས་
འདས་པའི་རྩལ་གཏམ་ཡ་མེད་ཅིག་རེད། །

དེང་རབས་པོད་ཀྱི་མཁས་པ་མི་བདུན།

2021.2.26

ལོ་རྒྱུ་ཀྱི་ས་པོན།
༼ཡུལ་པ་མཁས་པ་ལ་ཕྱི་བྱུང་།༽



གཟུང་སྐར་གོ་ལའི་འགྲོས་ཚད་གངས་ཀྱིས་གཞུལ།
འབྱུང་བཞིའི་བྱེད་ལས་ཇེས་དཔག་ཚད་མས་རྟོགས།
མིས་པོའི་ཚན་རིག་གངས་ཅན་དཔལ་རྩ་བཟུལ།
གནམ་རིག་སྐར་ཕྱིས་མཁས་དབང་ལྷམ་དཔལ་མཆོག།

སྐྱ་ཡི་དཀྱིལ་འཁོར་མདོ་སྒྲིབ་ལྗོངས་སྤྱ་བཞད།
མཛད་པའི་ཕྱིན་ལས་ལྷ་ལྷན་དབྱུང་སྤྱ་རྒྱས།
ཉ་སྤྱི་སྒྲོབ་ཆེན་རིག་པའི་ནམ་དཔྱོད་རྟོགས།
ཕྱག་མཆུང་མཁས་པའི་གཙུག་ན་བྱིད་ཉིད་མཛེས།

国家重点图书出版项目 藏学季刊·历史与现状研究
ISBN 978-7-101-15208-1

བྱུང་ལ་ལྷན་དང་འབྲེལ་བའི་ ཆོན་རིག་རྣམ་བཤད།

བདུད་འདུལ་སྒྲོལ་མ།



ཆོན་རིག་རྣམ་བཤད་པའི་མཛུགས་པ་

ཆོ་ཡི་རྒྱན་བསྐྱེད་སྤང་ནད་གྱི་ཟུག་གཅོག་པའི།
གདམས་རག་ཡང་ཅེ་རུབ་སྒྲོགས་གསོ་རིག་གཞུང་།
སྒྲིས་སྒྲོང་ཆལ་གྱིས་མཁས་པའི་ཁྱིམ་འཁོད་པ།
འབྲུམ་རམས་པའི་ཆོན་བདུད་འདུལ་སྒྲོལ་མ་ཉིད།

དུ་ཞིའི་སྒྲོབ་ཆོན་གསོ་རིག་གཞུང་ལ་སྤྱུང་ས།
ཨ་རིའི་ལྷལ་དུ་ཤེས་བྱའི་གསོག་ཆལ་རྒྱས།
པེ་ཅིན་གྲོང་དུ་ནད་པའི་འགྲོ་དོན་མཛད།
སྤྱི་ལྷགས་གསོ་རིག་ཁྱོད་གྱི་ཟུག་ན་མཛོལ།



འཛམ་གླིང་སྐད་ཀྱི་མ་ལུན་པའི་སྤྱིང་པོ་ལ། །
 རང་རྒྱལ་སྤྱོད་པའི་ཐོད་སྐད་ཡལ་འདབ་དོས། །
 རང་མདངས་མ་ཉམས་ཚུ་སྤྱོད་ཀྱིས་པའི་དཔལ། །
 རང་དོ་ཟིན་མཁན་བད་སྤྱོད་འབྱུང་རམས་པ། །

སྤྱོད་ཀྱིས་གཉིས་ཀྱི་ལ་ཐོད་གཙུག་ན་མཛེས། །
 དེང་རབས་བད་སྤྱོད་དོ་ཤལ་མགུལ་དུ་འཕྱུངས། །
 ཐེན་ཅིན་གྲོང་དུ་མཁས་བརྒྱའི་གྲལ་འཁོར་སྤྱོད། །
 སྤྱོད་ཀྱིས་པ་ཡེ་ཤེས་ཨ་ཚོགས་གྲགས། །



འཇམ་དབྱངས་ནམ་གསུམ་མཁས་ཀྱང་ནང་ཚོས་ཅམ།
 སྤུན་རིའི་མཁན་སྟོབ་གྲགས་ཀྱང་བོན་སྒྲིའི་ཚོགས། །
 བན་བོན་རིག་གཞུང་ཀུན་ལ་ཐོགས་མེད་པ། །
 ར་པ་པཎ་ཆེན་ཆོ་རིང་འགྱུར་མེད་ཞབས། །

ཆོས་དང་ཆོས་མིན་འབྱེད་པའི་རིག་སྟོབས་རྒྱས། །
 ལྷང་རིགས་ངར་རྒྱ་སྟོགས་པའི་ལྷགས་འདབ་ཡངས། །
 རྒྱ་བོད་ཡིག་བརྒྱུར་ལས་ལ་ཐོགས་པ་མེད། །
 རྒྱ་ནག་ཁིན་ཏུའི་ཤོང་ལ་འབྲུག་ལྟར་གྲགས། །



གངས་ལྗོངས་གསོ་རིག་ལོ་རྒྱུས་ལྟར་གིས་བསྒྲུབས། །
གཡུ་ཐོག་རྒྱིང་མའི་རྩུན་རྩམ་རིགས་པས་བཀག །
ལོག་རྩོག་འབྱུང་བྱའི་མིག་དབང་འོད་ཀྱིས་བསྒྲིབས། །
མཁས་དབང་ཉིན་བྱེད་དབང་པོ་གངས་རིའི་རྒྱ། །

ནག་ཤོད་ལྷལ་དུ་པའ་ཆེན་དབྱངས་དགའ་འབྱུངས། །
མཁས་པའི་གཙུག་རྒྱ་ཏ་རྩུའི་སྤྱིང་ནས་བཞེས། །
རྩུན་མའི་ལོ་རྒྱུས་རིག་པའི་འཕུལ་གྱིས་གཏོར། །
མཁས་པའི་གྲགས་པ་གངས་རིའི་ལྗོངས་འདིར་བྱབ། །

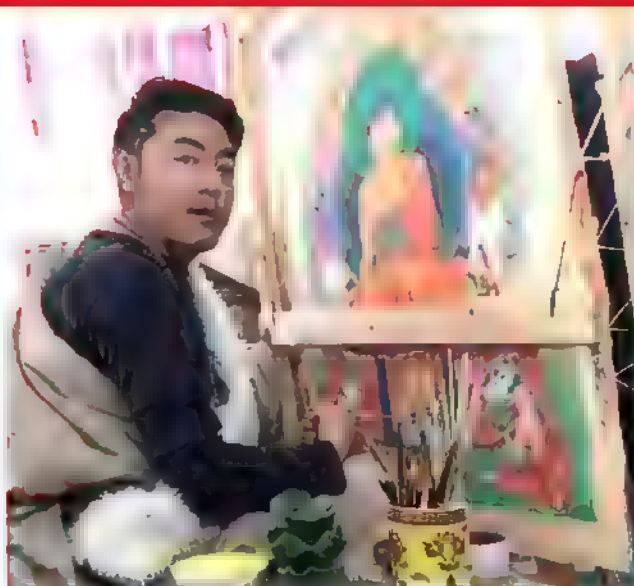


གསོ་བྱ་ལུས་གྱི་ཐ་སྙད་མཛོད།

མཁས་བླ་བཅུ་ཚེ་མ་ཐུག་བྱས།

བོད་ལུགས་གསོ་རིག་རིག་པའི་བརྒྱད་རུ་འཛིན།
 ཐུ་ལུགས་བཤག་བཅོས་ཐུག་གི་ཆེ་མོས་སྤངས།
 བྱང་བྱར་མཁས་པའི་དབྱས་ན་ཆེས་འཕགས་པ།
 གཡུ་ཚོག་གཉིས་པ་ལྟ་རྒྱུ་མཁས་བྱུང་མཆོག།

ཉག་རེའི་ཡུལ་ནས་མེས་པོའི་ཞབས་རྒྱུས་བཅུ།
 བེ་ཅིན་གྲོང་རུ་ཤེས་རིག་འདབ་བརྒྱ་གྲོལ།
 གངས་རིའི་ལྗོངས་འདིར་ནད་པའི་བྱུག་རུ་བཅོམ།
 སྤུང་གི་སྤྱི་མཐོང་མཛོད་སྤུང་བྱིས་ཐོགས།



རྒྱུད་མེད་ཐིག་ཚད་སྒྲན་མཁྱེན་རི་མོའི་ཆལ། །
 མིག་གི་དགའ་སྟོན་སྒར་གྱིས་གསར་རྟིང་མདངས། །
 སྤྱིང་པོའི་བརྩུང་བརྩུས་ཆོས་འབྱུང་ཕྱག་གི་རྒྱན། །
 རྒྱན་འཛིན་ལྟ་རམས་ཀྱིས་བསོད་ནམས་གྲགས། །

གཉའ་བྲི་ལ་སོགས་སྤྱ་རྒྱལ་རིམ་བྱོན་དང་། །
 ལོ་རྒྱུས་མི་སྤྱ་མཛད་རྗེས་གཙོ་བོ་སོགས། །
 བྱད་པར་ས་སྟོང་མེད་གཤེད་རྒྱལ་རབས་ནམས། །
 སྤང་བརྟན་སྤྱ་ཆལ་བྲིང་ཀྱི་སྤོ་ལས་འབྱུངས། །

མཛེངས་མི་མི་བདུན་གནའ་བོའི་རུས་སུ་བྱོན། །
 སྤྱིད་འབྱོར་རིག་གསུམ་སྤེལ་བའི་སྤྱིད་སྒོན་ཡིན། །
 མཁས་པ་མི་བདུན་དེང་གི་རུས་སུ་བྱོན། །
 རུས་རབས་ཉེར་གཅིག་བོད་གྱི་ལམ་སྒོན་ཡིན། །

འདས་པའི་དོན་ལ་དཔྱད་པ་ལོ་རྒྱུས་དང་། །
 ད་ལྟའི་གནས་ཚུལ་བརྗོད་པ་བདེན་པའི་གཏམ།
 མ་འོངས་ལོ་རྒྱུས་འབྲི་བའི་ས་བོན་མཆོག །
 རུས་གསུམ་འཁོར་ལོ་འདི་ལ་བདེན་དོན་གཤམ། །

བདེན་དོན་ཡོད་ན་པ་རོལ་དག་ཡང་བཀྱར། །
 ལོག་པར་སྒྱུར་ན་སྒྲ་མའི་མཚང་ཡང་བརྟོལ། །
 རེ་དོགས་བྲལ་བའི་བོད་གྱི་རྒྱལ་ཁམས་པ། །
 མི་ཆེའི་ལྷག་མ་བདེན་དོན་ཆེད་རུ་འབྱུལ། །

2021.2.26

བཀའ་བརྒྱུད་པའི་རས་ཚས་ལྟ་སྟེགས་

2021.2.26

བཀའ་བརྒྱུད་རས་ཚས་ནི། རྩེ་བཅུན་མི་ལ་རས་པ་སྐྱུ་ཕྱུ་ངན་ལས་འདས་པའི་རྩེས་དྲན་གྱི་དུས་མཚན་ཅིག་རེད། འདི་ནི་ཆུ་ཡོས་ལོའི་བོད་རྒྱ་དང་པོའི་ཚས་བརྒྱ་བཞིན་ཉིན་མི་ལ་རས་པ་སྐྱུ་གཤེགས་པའི་རྩེས་དྲན་གྱི་དུས་མཚན་འབུལ་སྟོལ་ཆགས་པ་རེད། ཐོག་མར་ཁོང་གི་སྟོབ་མ་དྲགས་པོ་རིན་པོ་ཆེ་སོགས་གདུམ་མོ་ཉམས་ལེན་བྱེད་མཁན་ཚས་ཉིན་དེར་རས་གོས་གྱོན། གདུམ་མོ་བསྐྱེམས་ནས་རྩེས་དྲན་ལྷ་སྟོལ་བྱུང་ཡོད་པ་དང་། དེ་ནས་བརྒྱུད་ལོ་སར་ཚས་པ་བརྒྱ་བཞི་ཉིན་དེ་དྲགས་པོ་བཀའ་བརྒྱུད་པ་སྤྱིར་མི་ལ་རས་པའི་རྩེས་དྲན་གྱི་འདས་མཚན་ཆགས་པ་རེད། ལྷག་པར་དུ་སྤྱི་ལོའི་1370 ལོ་ཙམ་གྱི་ནང་དུ་ཀམ་པ་བཞི་པ་རོལ་པའི་རྩེ་རྩེའི་སྐབས་སུ་བྱུང་བའི་ཀམ་པའི་ཚས་སྐར་ཆེན་མོ་ཞེས་པ་ཞིག་བྱུང་ཡོད་པར་དེ་ལ་མི་ལོའི་འདས་མཚན་ཉིན་སྐབ་སྤྱི་ཚམས་ལྷན་དུ་འཚོགས་ཏེ། ཉིན་ཆོན་ཡུག་གཅིག་ལ་མི་ལ་རས་པའི་ཆས་གོས་ལྷར། རས་གོས་དང་། ལྷ་སྟོབ་གསོལ། ངག་དུ་རྩེ་མར་པའི་ཞལ་གསུང་གི་མགུར་དང་། མི་ལ་རས་པའི་མགུར་ནམས་གསུང་། གདུམ་མོ་ཉམས་ལེན་བྱེད་ཅིང་ལུས་ལ་བདེ་དྲོད་རང་འབར་བྱེད་བཅུག་ཅིང་། ཚས་བཙོ་ལུའི་ཞོགས་པ་དགུན་དུས་གང་རྒྱུད་གི་ནང་དུ་རས་གོས་གྱོན། གདུམ་མོ་སྐྱེམ་བཞིན་སྟོལ་ཚོགས་ནམས་ལ་མཇལ་ཁ་གནང་སྟོལ་ཆགས་ཡོད་འདུག །

དེ་རྩེས་སྤྱི་ལོའི་དུས་རབས་བརྒྱ་དྲུག་པའི་དུས་དཀྱིལ་ཙམ་ན། ཀམ་པ་སྐྱུ་སྤྱིར་བརྒྱུད་པ་མི་བསྐྱོད་རྩེ་རྩེའི་སྐབས་སུ། ཀམ་པའི་ཚས་སྐར་དེ་ཡར་རྒྱས་ཆེན་པོར་སྤྱོད་ནས། སྐར་ཆེན་འཇམ་སྤྱིར་བརྒྱན་ཞེས་པའི་མིང་ཐོག །དགེ་འདུན་པ་སྤྱི་ཚོ་མང་པོ་ཡོད་པ་ཞིག་ཆགས། དུས་དེར་མི་ལ་རས་པའི་རྩེས་དྲན་གྱི་འདས་མཚན་ཡང་ག་རེ་རྒྱས་སྤྱོད་ཡོད་འདུག །འདྲོན་བྱ་ཡང་སྤྱིར་གྱི་

མར་པ་དང་། མི་ལའི་གསུང་མགུར་ནམས་ཀྱི་ཐོག་ཏུ་ཀམ་པ་མི་བསྐྱོད་དོ་རྗེ་
རང་གིས་མཛད་པའི་གསུང་མགུར་ཁ་ཤས་ཁ་སྒྲོན་མཛད། དེ་ནས་རིམ་བཞིན་
མཚུར་སུ་དགོན་དང་། གནས་ནང་དགོན། ཡངས་པ་ཅན་ནམས་སུ་བཀའ་
བརྒྱད་མགུར་མཚོ་ཞེས་དར་བྱབ་ཆེན་པོ་སོང་། དེ་ནས་བརྒྱུད་བཀའ་བརྒྱད་
མགུར་མཚོ་ནང་ཏུ་ཀམ་པ་དང་། ལྷ་དམར་སོགས་བཀའ་བརྒྱད་གོང་མ་
ནམས་ཀྱི་གསུང་མགུར་གང་འཆོམས་ཁ་སྒྲོན་བྱས་ཏེ། ད་ལྟའི་བཀའ་བརྒྱད་
མགུར་མཚོ་འདི་བྱང་། སྤྱི་ལོའི་རུས་རབས་བཙེ་བརྒྱད་པའི་ནང་ཏུ་སི་ཏུ་
ཆོས་ཀྱི་འབྱུང་གནས་ཀྱིས་དཔལ་སྤངས་དགོན་བཏབ་ཅིང་ཀམ་པ་གཤམ་བརྒྱད་
ཀྱི་གདན་ས་གོང་འོག་བར་གསུམ་ལས་གདན་ས་འོག་མའི་ཐོབ་ཐང་ཐོབ།
དགོན་འདིར་ཆོས་༡༥ ཉིན་མི་ལའི་སྐུ་ཆས་བྱེད་ཅིང་། རས་གོས་དང་། ལྷ་ཁྲ་
མནའ་ནས་ནས་བཀའ་བརྒྱད་མགུར་མཚོ་འཆོགས་པ་དང་། དེའི་དགོང་མོར་
ཁྲུང་བརྒྱུད་། གཏུམ་མོ་སྒྲོམ་ཞིང་བལྟགས། ཕྱི་ཉིན་ཆོས་ ༡༥ ཉིན་གྱི་ཞོགས་པ་
དང་ལྷན་སྤྱོད་ཆོགས་ནམས་ལ་རས་པ་བཤར་ནས་སྤྱོད་མཛལ་གནང་སྟེ་
ཆགས་ཏེ། དེང་རུས་དཔལ་སྤངས་རས་ཆོས་ཞེས་སྟོན་གཤམ་ཆེན་པོ་ཆགས་
ཡོད། ཅས་སྤྱི་ལོ་༡༠༢༡ལོའི་ཟླ་བ་༩ པའི་ཆོས་༢༤ཉིན་རྒྱལ་ཁམས་པ་ཐུབ་
བསྟན་ཕུན་ཆོགས་དེས་བྲིས།

噶举热曲节简

噶举热曲节是纪念尊者米拉日巴圆寂的节日。水兔年即公元1123年藏历一月十四日尊者米拉日巴逝世，从此他的信徒和学子每年此时统一修定脐轮火而进行悼念。

达波仁波切等修脐轮火的学子们身披白布披单，修定脐轮火以作纪念。从此每年藏历新年的十四日便成了达波噶举纪念米拉日巴尊者的节日。

公元1370年第四世噶玛巴若碧多吉时期举行的纪念米拉日巴的“噶玛巴大法会”上，闭关修行者齐聚一堂，不分昼夜身着米拉日巴服饰，头戴花帽，吟诵马尔巴大师和米拉日巴道歌。修定脐轮火使其遍身自得暖意，十五日早晨在凛冽寒风中修行者身披布衣行走让众人围观。

公元十六世纪中期即第八世噶玛巴米歇多杰时期，噶玛巴法会规模空前，得名噶玛巴“世界独一大法会”，有近数万人数的僧团。米拉日巴纪念日随其发展，在吟诵玛尔巴道歌和米拉道歌的基础上，增加了噶玛巴米歇多杰自己创作的几首道歌。因此逐渐在楚普寺，乃朗寺和羊八井寺形成道歌汇流，随后又增添了噶玛巴和红帽派等噶举先贤的诸多道歌，形成了如今呈现的噶举道歌汇流。

公元十八世纪司徒曲吉迥乃建造八邦寺，成为噶玛噶举三大寺庙之一。八邦寺亦在每年藏历十四日让僧侣身着米拉服饰、披白布披单、头戴花帽，边走边吟唱道歌汇流示众。十四日晚上持气，修脐轮火功。次日即十五日吟诵“热曲^①”者游走示众。如今八邦寺的热曲颇有闻名。

A brief introduction to KarGyu-Rechu

KarGyu-Rechu Festival is a festival to commemorate the death of the venerable Milarepa.

In 1123, on January 14 of the Tibetan calendar, Milarepa, the venerable, died. Since then, his followers and students have unified the practice of navel fire to mourn.

Dakpo-Rinpoche and other students dressed in white cloth and practice Dummo Inner hear meditation. Since then, the 14th day of the Tibetan New Year has become a festival for

①备注：“热曲”藏语意思是在寒冬里只披一片白布，练修脐轮火功，炼成者不惧寒冷，自生暖意。

Dakpo Kargyu to commemorate the venerable Milarepa.

In 1370 A.D., at the "Great Karmapa Dharma camp " held during the fourth Karmapa Rolbidojei period in memory of Milarepa, the closed practitioners gathered in a hall, dressed in Milarepa costumes, wearing the Milarepa's meditation hats and reciting Marpa and Milarepa pray songs day and night. On the morning of the 15th, in the cold weather, the monks walked in cloth clothes for the crowd to watch.

In the middle of the 16th century, that is, the eighth Karmapa Micheldorje period, the scale of the Karmapa Dharma society was unprecedented, and it was named " the great Dharma camp of Karmapa in world ", with nearly tens of thousands of monks. With the development of Mirarepa memorial day, on the basis of chanting Marpa and Milarepa pray songs, also several songs created by Karmapa Micheldorje were added. Therefore, the confluence of pray songs gradually formed in Tshupu Monastery, Gnas-nang Monastery and Yangbachen Monastery and then many pray songs of Kagyu sages such as Karmapa and Shamarpa sect were added to form the confluence of "Kargyu pray songs" . In the 18th century, Situ Chojung built Babang Monastery, which became one of the three major monasitery in Kargyu. On the 14th day of the Tibetan calendar every year, the monastery also makes monks wear Milarepa costumes, white cloth, single clothes and the Milarepa's meditation hats, and sing pray songs while walking. On the night of the fourteenth, practice Tsralong (Inner heat) . The next day, that is, on the 15th, the chanters of the Re-chu wandered to the public. Nowadays, the **Re-chu** of Babang monastery are quite famous.

Remarks: " Re-chu " in Tibetan means to wear only a piece of white cloth in the cold winter to practice the Inner heat. The master is not afraid of the cold and has a warm feeling.

ཐོད་ཀྱི་སྤྱི་ཚུགས་དང་ཚུགས་ཚུགས་སྒྲུང་རྒྱུད།

2021.3.16

སངས་རྒྱུ་པ་སྤྱན་པ་ཟེར་བ་དེ་གང་ལ་ཟེར་ཞེ་ན། མདོ་ལས། སྤྱི་པ་
 ཅི་ཡང་མི་བྱ་ཞིང་། །དགེ་བ་ལུན་སྤྱོད་ཚུགས་པར་སྤྱོད། །རང་གི་སེམས་ནི་
 ཡོངས་སུ་འདུལ། །འདི་ནི་སངས་རྒྱུ་པ་སྤྱན་པ་ཡིན། ཅེས་གསུངས་ཡོད་པ་
 རེད། བསྤྱན་པ་དེ་རི་ལྟར་འདྲིན་སྤྱོད་སྤྱོད་གསུམ་བྱ་དགོས་ཞེ་ན། བསྤྱན་པ་
 གསུམ་རྣམ་པ་དག་པ་ཞིག་རྒྱུ་པ་འདྲིན་དང་དར་སྤྱོད་གཏོང་དགོས་ཤིང་ཡོད་
 པ་རེད། སྤྱན་པ་ཤྱུ་ལུབ་པས་རྒྱལ་སྤྱོད་སྤྱོད་ཏེ་བྱིས་ནས་བྱིས་མེད་པ་
 རབ་ཏུ་བྱུང་དགོས་པའི་རྒྱུ་མཚན་ཡང་དེ་རེད། ཤྱུ་ལུབ་པ་རྒྱལ་པོའི་སྤྱོད་
 རེད། རྒྱུ་པ་མེད་པ་མ་རེད། ལུང་མེད་མ་རག་པ་མ་རེད། དེ་དག་ཡོད་
 བཞིན་ཏུ་སྤྱོད་པ་རབ་ཏུ་བྱུང་བ་རེད། སངས་རྒྱུ་པ་སྤྱན་པ་འདྲིན་སྤྱོད་
 སྤྱོད་གསུམ་དགོས་ན་བསྤྱན་པ་གསུམ་རྣམ་པ་དག་པ་ཞིག་ཡོད་དགོས་ཤིང་།
 དེ་ཉིད་སྤྱོད་པ་སྤྱོད་ལས་སྤྱོད་པ་སྤྱོད་ལ་བརྒྱུད་དེ་སྤྱོད་དགོས་པ་
 ཞིག་རེད་མ་གཏོགས། སྤྱོད་པ་སྤྱོད་པ་བཞིན་ཏུ་བརྒྱུད་པའི་
 སྤྱོད་པ་ཟེར་བ་ཞིག་ཡོད་མ་རེད། སྤྱོད་པ་རྣམས་ལ་སྤྱོད་པ་སྤྱོད་པ་སྤྱོད་པ་
 དང་འགལ་བའི་འབྲས་བྱ་ཡིན་པས་དེ་ལ་ཐན་སྤྱོད་ཟེར་དགོས། སྤྱོད་པ་སྤྱོད་
 ཡོད་པའི་སྤྱོད་པ་སྤྱོད་པ་འདྲིན་པ་ནི། སངས་རྒྱུ་པ་སྤྱན་པ་འདྲིན་པ་འདྲིན་
 ལུགས་དང་འགལ་བ་ཞིག་ཡིན་ལྟར། དེ་ལ་ཚུགས་ཚུགས་ཟེར་དགོས། །

什么是佛教，佛经告诉我们说：“诸恶莫作，众善奉行，自净其意，是诸佛教。”怎样传承和传播这样的佛教，就是要把佛门三学不折不扣地传承传播下去。佛教只能依靠三学的传承传播来延续，不能依靠父传子的形式来延续，活佛父亲把衣钵传给活佛孩子，完全违

背了释迦牟尼佛法的义理，是反释迦牟尼教法的邪教。违背教规出生的子女是怪物。

What is Buddhism? The Buddhist scripture tells us that: All sins shouldn't be committed, All virtues should be accumulated, Keep the self-purification fully accomplished, That is the definition of the Buddhism. How to inherit and spread this kind of Buddhism? It is tend to inherit and spread the three vows. Buddhism can only rely on the transmission of the three vows continuously, it is not rely on the form of father to son, If a Lama has a son, that is tend to be a product of broken the vows result. It should be said that this is a monster. The inheritance of father to son is an evil cult, Because it against Sakyamuni's Dharma.

དེང་རྒྱུ་ཐོད་གི་ཆོས་ལྷན་ལ་རིགས་གཉིས་ཡོད་པར། དང་པོ་གཏུང་རྒྱུད་
 ཟེར་བ་དེ་རེད། དེ་ནི་སྤྱི་ཆོགས་རྟིང་པའི་བཀའ་བཀོད་རྒྱུ་འཛིན་གི་ལྷ་བའི་
 རྩིས་ཤུལ་ལྷན་ཡོད་པ་ཞིག་རེད། དཔེར་ན། ས་སྤྱི་གཏུང་རྒྱུད། རྟིང་མའི་
 གཏུང་རྒྱུད། ཐོན་པོའི་གཏུང་རྒྱུད་ཟེར་བ་དེ་དག་རེད། གཏུང་རྒྱུད་ཟེར་བ་
 དེ་མིང་གི་ཐ་སྦྱད་རེད། རང་རང་གི་རིགས་རུས་རེད། དེ་ལ་དགག་པ་མེད།
 གཏུང་རྒྱུད་གིས་པའི་ཆོས་གི་གདན་གྱི་འཛིན་ན་སངས་རྒྱུས་ཆོས་ལྷན་དང་
 འགལ་བ་ཞིག་རེད། ཐོན་ཆོས་དང་འགལ་བ་ཡིན་མིན་མི་ཤེས། ང་ཐོན་པོའི་
 ཆོས་ལྷན་ལ་རྒྱས་མངའ་ཆེན་པོ་མེད། འོན་ཀྱང་གཏུང་རྒྱུད་གིས་ཆོས་
 བརྒྱུད་གི་དབང་ཆ་འཛིན་པ་དེ། བན་ཐོན་སུས་བྱས་ཀྱང་བཀའ་བཀོད་རྒྱུ་
 འཛིན་གི་ལྷ་བ་དང་ལམ་ལྷན་རེད། དཔེར་ན། དེང་རྒྱུ་བྱང་ཀོ་རི་ཡའི་
 ལྷན་སྒྲོལ་དང་གཅིག་པ་རེད། དེས་ན་དེང་རྒྱུ་ལྷ་མཐུན་ནས་གཏུང་རྒྱུད་གི་
 མིང་ལ་བརྟེན་ནས་འཆོ་བ་སྤྱེལ་མཁན་གི་གཞོན་ཅུ་ནམ་པ། རང་འགལ་གི་སྤྱོ་
 བས་བྱ་སྤྱོད་དེ་བཞག་ན་ལྷན་པར་སེམས། རྒྱུ་རབས་ཉེར་གཅིག་པའི་

ནང་དུ་རང་གི་འཛོན་ཐང་ལ་བརྟེན་ནས་འཚོ་བ་སྦྱེལ་བའི་དུས་འདིར། རང་གི་སྟོ་རྒྱབ་ཙམ་ཡང་རང་རྒྱ་མི་སྤྱབ་པར། ས་མེས་ཀྱི་མིང་དང་། སྟོན་པའི་ན་བཟའ་གཡུ་ནས་འཚོ་བ་བསྦྱེལ་དགོས་པ་ནི་ཐོད་མི་དམངས་མགོ་གཡོག་བྱེད། རང་མགོ་རང་གིས་གཡོག་པའི་ལས་ཀ་འདི་དོ་ཚད་གོས་པ་ཞིག་མ་རེད་དམ། དེས་ན་ལུགས་སྟོལ་འདི་རང་མོས་ཀྱི་སྟོན་ནས་མཆམས་བཞག་འོས། གཉིས་པ་དེ་སྤུལ་སྤྱིའི་སྤྱན་རྒྱན་ཡིན་ཟེར་མཁན་དེ་དག་རེད། དངོས་ནས་བྱས་ན་སྤུལ་སྤྱི་ཟེར་བ་དེ་སྟོམ་པ་བསྐྱར་ནས་བཞགས་དགོས་པ་ཞིག་རེད། སྟོམ་པ་ལྷག་ཚར་དུས་ལུ་མཐུད་ནས་རང་གིས་སྤྲ་མའི་ལས་ཀ་བྱེད། སྤུ་གུ་ཚོ་ཡང་སྤྲ་མའི་མིང་བཏགས་ནས་འཚོ་བ་སྦྱེལ་བ་འདི་ཚོས་ལྷག་སྟེལ་ཟེར་བ་རེད། ཐོད་ཀྱི་གཏམ་དཔེ་ལ། ལག་གཡས་རྟ་བཤར། ལས་གཡོན་གྱིས་སྤྲ་མཚོད་ཟེར་བའི་དཔེར་དེ་རེད། འདི་ནི་ལུགས་སྟོལ་གསར་པ་ཞིག་རེད། སྤྱི་ལོ་༡༩༥༥ལོར་ཐོད་ནས་སྤུལ་མང་པོ་ཞིག་རྒྱ་གར་དང་། བལ་ཡུལ་དུ་ཁྱོས་ཁྱོལ་གནང་ནས་བཞགས། ཐོད་ནང་ལ་དམིགས་བསལ་དུ་སྤྲ་མ་དང་སྤུལ་སྤྱི་ཟེར་བ་ཞིག་མེད་པར་ཆགས་པ་རེད། ཁོ་ཚོ་རྒྱ་གར་བལ་ཡུལ་དུ་གཞིས་ཆགས་པ་དང་འཚོ་ཐབས་གསར་པ་ཞིག་ལ། ངས་ཤེས་ཚོད་ལ་སྤུལ་སྤྱི་ལྟ་རྒྱན་ཟེར་བའི་སྤྲ་མ་ཞིག་གིས་སྟོམ་པ་ལྷག་པའི་སྤྱན་རྒྱམས་ཐམས་ཅད་སྤུལ་སྤྱི་རེའི་མིང་བཏགས་ནས་འཚོ་ཐབས་ཀྱི་ཆ་རྒྱུན་ཞིག་གསར་བསྐྱར་བྱས་པ་དེ། སྤུལ་སྤྱི་ཚང་མས་དེ་ལ་དཔེ་ལྟ་ས་འདྲ་པོ་ཞིག་ཆགས། སྟོན་གོས་སྤྱབ་ཆས་དང་། སྤྱི་རྒྱལ་མགོ་གཡོག་ཡས་ལ་ལམ་འགྲོ་ཡག་པོ་ཞིག་བྱུང་ཡོད་འདུག །དེ་རྗེས་ཀྱང་གོའི་སྤྱི་རྒྱུས་ལ་འགྱུར་བ་བྱིན་ཞིང་བཙས་བསྐྱར་དང་སྟོན་འབྱེད་ཀྱི་སྐབས་སུ་ཐོད་ལའང་སྤྲ་མ་གྲུ་པ་གསར་པ་བཙོ་ཚོག་པ་བྱུང་ཞིང་སྤྲ་ལུགས་སྤྲ་སྤྲ་མ་དང་། གྲུ་པ་གཙང་མ་འགའ་ཞིང་བྱུང་བ་རེད། དེ་ནས་རྒྱ་གར་དང་བལ་ཡུལ་དུ་བཞགས་པའི་མི་དེ་རྒྱམས་རང་ཡུལ་ཉེ་འཕད་ཡོང་ཞིང་ཕན་ཚུན་འབྲེལ་བ་རྗེ་མང་དང་། ཆ་རྒྱས་རྗེ་ལོན་ཡོང་སྐབས་ཐོད་ནང་ལའང་རྒྱ་གར་བལ་ཡུལ་གྱི་ཚོས་ལུགས་རུལ་སྤངས་ཀྱི་རྒྱམ་པ་དེ་ཐོད་དུ་དར་

ནས་སྐྱེས་པའི་ཆོས་ལུགས་ནས་དག་དེ་རིམ་བཞིན་ཉམས་ཤིང་ད་ལྟའི་རྒྱ་
པ་འདི་བྱང་བ་ཞིག་རེད། སྤྱི་སྡེ་མ་སྤྱི་པ་ལོག་མི་ཆོག་དང་། མི་སྤྱིད་པ་
མ་རེད། སྤྱི་པ་ཡོད་ཆེ་ཆོས་ཤོས་མཉམ་པས། སྤྱི་པ་ལོག་ཆར་ན་ཆོས་ཤོས་
སྤྱད་ཅིང་བྱིམས་མཐུན་ལུགས་མཐུན་གྱི་འཆོ་བ་བསྐྱེལ་ན་དེ་ཉ་ཅང་ཡག་པོ་
རེད། དེ་དག་ལ་སྤྱི་བྱུང་དང་། སྤྱི་བྱུང་བྱེད་ན་ལོས་པ་ཞིག་རེད། སྤྱི་པ་
ལོག་རྗེས་ཆོས་ཤོས་ཤོན། མཉམ་པ་བྱིད། སྤྱི་བྱུང་ནས་ལོང་ན་དེ་སྤྱི་པ་
སྤྱི་བྱུང་པ་ལ་མ་གུས་པ། ཆོས་ལ་དད་པ་མེད་པ། ལས་འབྲས་ལ་ཡིད་ཆེས་
མེད་པའི་ལྟ་ལོག་དང་དམ་ཉམས་བྱེད་ན་དངོས་གནས་དེ་ཆོ་རེད། སྤྱི་པ་
ཡིན་ན་སྤྱི་བྱུང་མེད། སྤྱི་བྱུང་ན་སྤྱི་པ་མིན། དེ་གཉིས་གཞི་གཅིག་གི་ཆོག་
ཏུ་འགལ་བ་རེད། སྤྱི་པ་ལོག་པའི་སྤྱི་བྱུང་དེ་སྤྱི་པ་བརྒྱུད་མ་རེད། བོད་ལུགས་
ལ་ཐན་སྤྱི་བྱུང་བྱེད་རེད། དེས་སྤྱི་པ་བའི་ཆོས་ལ་ཆོས་ལོག་བྱེད། སྤྱི་པའི་ཤོས་
ཤོན་མཐུན་དེ་ལ་ཆ་རྒྱུན་གང་འཆོམས་ཤིག་འཛོམ་དཔོས་པ་ཞིག་རེད། དང་
པོ་བསྐྱབ་སྤྱི་པ་ཡོད་པ། གཉིས་པ་ཡོན་ཏན་ཡོད་པ། གསུམ་པ་ལས་འབྲས་ལ་
ཡིད་ཆེས་ཡོད་པ་གཞན་གཞོད་གཞི་དང་བཅས་པ་སྤྱི་པ་མཐུན་ཞིག་ཡིན་ན་
ད་གཞོད་གཞན་ཤམ་ཤོན་ཆོག་པ་ཞིག་རེད། དེང་རུས་གཞན་ཤམ་ཞིག་ཉ་
ནས་ཤོན་ཆར་རུས་དབང་བསྐྱེད་པ། ཆོས་བཤད་པ། མཐུན་འཕྲོ་བྱིད་པ།
དགོ་དང་མི་དགོའི་ལས་ཀྱི་རྒྱ་པ་སྤྱི་ཆོགས་པ་བྱེད་མཐུན་ཞིག་ཆགས།
མདོར་ན་གཞན་ཤམ་ཤོན་པ་དེ་སྤྱི་པ་སྤྱི་བྱུང་བྱེད་ཀྱི་ལག་ཆ་ཞིག་ཆགས་པ་
རེད། བྱང་ཁུལ་རུ་གཅིག་གིས་གཅིག་ལ་མགོ་བསྐྱོར་མ་གཏོང་། སྤྱི་ལོགས་
སྤྱི་མགོ་བསྐྱོར་གཏོང་ན་ཁྱོད་རང་གི་འཛོན་ཐང་རེད། ཁྱོད་ཆོ་ལ་ཆོས་དད་
ནི་མེད། ལས་འབྲས་ལ་ཡིད་ཆེས་ནི་མེད། བོན་ཀྱང་གདུང་རྒྱུད་དང་། སྤྱི་
རྒྱུད་ཡིན་བྱེད་མཐུན་འདི་ཆོ་ལ་རེ་བ་ཆེ་ཤོས་དེ་རང་གི་མི་རིགས་ལ་མགོ་
བསྐྱོར་སྤྱི་པ་འདི་འདྲ་མ་བྱེད། རྒྱུང་ཁུལ་ཀྱང་རང་གི་རྒྱ་རྒྱུད་བཟོ་མ་རེད།
དེ་ལྟ་བོད་ལྟ་ཆོས་ལུགས་འདི་དངོས་གནས་དག་ན་ནག་ཤོ་སྤྱི་ཅན་ཞིག་
ཆགས་ཡོད་འདུག མི་མགོ་བདེ། ཁ་མཐུན་པ། ཆོས་དད་མེད་པ། རྒྱུ་འབྲས་

ལ་ཡིད་ཆེས་མེད། སྒྲུབ་པ་གྲུབ་པོ་ཁག་གཅིག་སྒྲུབ་པ་དང་སྒྲུལ་སྒྲུབ་འབྲུལ་ཅིང་
ཁྱི་མཐོན་པོ་ཞིག་གི་སྒྲིབ་ན་ཁ་མར་བསྐྱོར་ནས་བཞུགས། མི་ཉམ་ཆུང་།
བདེན་དྲང་ཅན། ཆོས་དད་ཅན། ལས་འབྲས་སྒྲུབ་མཁན་དེ་དག་ཁ་ཡར་
བསྐྱོར། ཐལ་འཆུབ་ཉིལ་ལེ་ཐང་དུ་བཞུད། མིག་བཅུ་མ་ཁིང་ཕྱག་རྒྱ་བཅའ་
འདི་ལ་དཀར་ནག་གོ་ལྟོག་ཟེར་དགོས། སྒྲིབ་པ་ངན་པ་འདི་དག་ལ་དགག་
པ་མ་བརྒྱབ་ན་ནད་ཡམས་དང་འདྲ་བ་གཅིག་གིས་གཅིག་ལ་འགོས་འགྲོ་བ་
ཞིག་རེད་འདུག །

འགོས་སྒྲུབ་རྒྱལ་དེ་ས་གནས་ཀྱི་བྱང་པ་ཞིག་གྲུབ་ཡོད་པ་ཞིག་རེད། ཐོག་མར་
བཅོས་བརྒྱར་སྒྲོ་འབྱེད་ཀྱི་རྗེས་སུ་རྒྱ་གར་དང་བལ་ཡུལ་ནས་བོད་ལ་འགོས།
བོད་ཡུལ་སྒྲོན་སྒྲུབ་བར་གསུམ་ལས་འགོས་སྒྲུབ་ཤོས་དང་མང་ཤོས་དེ། ཁམས་
དང་ཨ་མདོ། དེ་ནས་འབྲོག་པའི་ས་ཆ་དེ་དག་སྒྲུབ་ལོག་དང་། སྒྲུལ་ལོག་མང་
ཤོས་ཤིག་རེད། འདི་ནི་འབྲོག་ཁུལ་དུ་སྒྱུན་པོ་མང་སྟབས། སངས་རྒྱས་ཆོས་
ལུགས་ལ་ལོག་འགྲེལ་བྱ་རྒྱ་དེ་སྟབས་བདེ་པོ་ཞིག་ཡིན་སྟབས་རེད། ཁོ་ཆོས་
སྒྲུལ་སྒྲུབ་གསར་པ་ངོས་འཛིན་བྱེད་སྟངས་དེ། སྒྲུལ་སྒྲུབ་ཡིན་པའི་སྒྲུབ་སྐྱེད་
གྲགས་ཅན་ཞིག་སྒྲུབ་གཤེགས་པ་དེའི་མིང་འདྲ་བ་ནམས་དེའི་ཡང་སྲིད་ངོས་
འཛིན་བྱ་བའི་རྒྱ་མཚན་བཞག་འདུག །དཔེར་ན། ལ་དཀར་བྱ་བསོད་རྒྱལ་
ཟེར་བ་དེ་ཉག་སྒྲུབ་བསོད་རྒྱུའི་སྒྲུལ་སྒྲུབ་དང་། རྩ་ཆུ་ཁ་པའི་འབྲོག་པ་ནམ་རྒྱལ་
རྒྱ་མཚོ་དེ་མི་པམ་གྱི་ཡང་སྲིད་ཡིན་པའི་རྒྱ་མཚན་མིང་འདྲ་བ་རེད་ཟེར། ཆ་
རྒྱུན་འདི་འདྲ་ཞིག་གི་འོག་དུ་འདྲ་བ་རྒྱ་མཚན་དུ་བྱ་བའི་སྒྲུལ་སྒྲུབ་ངོས་འཛིན་
བྱས་ན། བོད་ཀྱི་ཐོག་གཤམ་མཁན་ཤན་པ་དེ་དག་ཆང་མ་སྒྲུལ་སྒྲུབ་བྱ་འོས།
ཤན་པ་ཟེར་བ་དེ་ང་ཆོའི་ཡུལ་སྐྱེད་དུ་ཐོག་གཤམ་མཁན་ལ་སྒྲི་ཕྱག་ཟེར་བ་
དེ་རེད། བསམ་པ་བཟང་ངན་གྱི་སྒྲོ་ནས་དབྱེ་ན། ཁྱི་ཐོག་དུ་འདུག་ནས་ཆོས་
རྒྱུན་ལྷོག་མཁན་དེ་དག་ལས། སེམས་ཅན་གཤམ་མཁན་གྱི་སྒྲི་ཕྱག་དེ་དག་
བསམ་པ་བཟང་ངེས་རེད། སྒྲུབ་ལོག་ཆོའི་སེམས་རྒྱུད་ལ་དད་དང་། བྱམས་པ།
སྒྲིབ་རྗེ་ཉིལ་འབྲུལ་ཡང་མེད་པས་མགོ་བསྐྱོར་གཏོང་བཞིན་ཡོད་པ་རེད། ཤན་

པ་སྐེ་ཕུག་དེ་དག་གིས་རང་གི་འཚོ་བའི་ཆེད་དུ་སེམས་ཅན་བཤར་བྱའི་
 སེམས་ཅན་དེ་བསད་པ་ཡིན་ནའང་། སྤྱིང་རྗེ་དང་འཁྱོད་བཤགས་གྱི་སྒོ་ནས་
 མ་ཁི་བཏོན་ཞིང་གསོད་བཞིན་ཡོད་རེད། རྒྱ་མཚན་དེ་ལ་བརྟེན་ནས་ཤུག་པ་
 ཚང་མ་སྐྱལ་སྐྱ་བཟོ་དགོས་འདུག །འོ་ན་དེ་དག་གྱུར་སྐྱལ་སྐྱ་ཡིན་ཟེར་ན།
 དེང་སང་རྒྱ་མཚན་མེད་པའི་རྒྱ་མཚན་ཞིག་བཅའ་ནས་སྐྱལ་སྐྱ་རོས་འཛིན་
 བྱེད་སྤངས་ལ་བརྟེན་ན། ཤུག་པ་ནམས་གྲུབ་ཆེན་ས་ར་རྟ་དང་། ཏེ་ལོ་པ།
 སྤྱ་བ་རི་པ་སོགས་པའི་སྐྱལ་སྐྱ་དང་། བོད་དུ་གླིང་གེ་སར་གྱི་སྐྱལ་སྐྱ། འདན་
 མ་དང་། ཤུག་པ། དཔལ་ལ། འགྲུ་སྐྱ་བདེ་ལ་སོགས་པའི་དཔལ་བོར་གྲགས་
 པ་དེ་དག་གི་སྐྱལ་སྐྱ་རོས་འཛིན། ང་ཚོ་ཚང་མ་སྐྱལ་སྐྱ་བྱས་ན། བོད་ཚང་མ་
 སྐྱལ་སྐྱ་རེད། གཅིག་ཁྱིམ་ཁྱིམ་དུ་བསྐྱོད་ནས་མགོ་གཡོག་མཁན་བྱེད། གཅིག་
 མོས་ཐང་དུ་བསྐྱོད་ནས་མགོ་གཡོག་བྱ་བྱེད་མི་དགོས་པ་ཚང་མ་འདྲ་མཉམ་
 རེད། དེ་ཡང་རྒྱ་མཚན་མེད་པ་མ་རེད། བྱང་ཚོས་པའི་ལྷགས་ལ། སེམས་
 ཅན་ནམས་ནི་སངས་རྒྱས་ཉིད། །འོན་ཀྱང་སྒོ་བྱའི་དྲི་མས་བསྐྱེབས། །དྲི་མ་
 དེ་བསལ་སངས་རྒྱས་ཉིད། ཅིས་གསུངས་པ་དེ་ལ་ཁྱུངས་གདུགས་ཚོག་ཚོག་
 པ་རེད། བོད་རིགས་ཚང་མ་ཁྲམ་པ་བཟོ་ན་ཐམས་ཅད་ཁྲམ་པ་བཟོ། ཚང་མ་
 འདྲ་མཉམ་དགོས་འདུག །སྤྱི་མ་བྱེད་བསམ་ན་རྒྱལ་བའི་བཀའ་དང་མཐུན་
 པའི་སྒོ་མ་པ་དམ་ཚིག་བསྟུང་། ལས་རྒྱ་འབྲས་ལ་ཡིད་ཆེས་བྱེད་ནས་བཞུགས།
 སྤྱི་མའི་བསྟུང་བྱ་དེ་དག་བསྟུང་མ་ཐུབ་ན། ལྷགས་དང་མཐུན་པའི་སྒོ་ནས་
 ཚོས་གོས་ཐུད། བོད་མའི་འཚོ་བའི་ལམ་དུ་ཐེབས་ནས་གཞིས་བབྱང་། མནའ་
 མ་བསྟ། སྐུ་གྱུ་བསྟུངས་ན་དེ་ལ་དད་པ་བྱས་ནའང་ཚོག་པ་ཞིག་རེད། དད་
 པ་བྱེད་ཚོག་པའི་རྒྱ་མཚན་གང་ཞིན། དེ་དག་གིས་ཚོས་ལ་དད་པ་ཡོད།
 ལས་རྒྱ་འབྲས་ལ་ཡིད་ཆེས་ནས་རང་གཞན་གཉིས་ལ་མགོ་བསྐྱོར་མ་གཏོང་
 པ་རེད། གནད་དོན་འདི་ལ་བོད་རིགས་གཞོན་ནུ་ཚང་མས་དོ་སྤང་ཞིག་
 གནང་རོགས། བོད་དུ་ནང་དོན་གནད་བསྟུས་ཞིག་བོད་རྒྱ་དབྱིན་གསུམ་གྱི་
 ཚོག་དུ་བྱིས་ཡོད། རྒྱ་ཡིག་ཐོག་འབྲི་དགོས་པའི་རྒྱ་མཚན་དེ་དེང་དུས་བོད་

རིགས་གཞིན་ཅུ་པལ་ཆེ་ཐོད་ཡིག་ལས་སྐྱ་ཡིག་མཁས་པ་མང་བ་རེད། དབྱིན་
ཡིག་ཐོག་ཏུ་འབྲི་དགོས་པ་དེ་སྤྱི་ཚུལ་བ་དེ་དག་ལ་ཡང་སླ་མ་བཟང་ངན་
རིགས་གཉིས་ཡོད་པ་ཤེས་བརུག་དགོས་འདུག་མ་གཏོགས། རྗེས་སུ་ཁོ་ཚོས་
ཐོད་ཀྱི་སླ་མ་ཚང་མ་འདི་འདྲ་ཞིག་རེད་སྟུམ་ན་ཐོད་ཀྱི་ཚོས་དང་རིག་གནས་
ལ་ཡིད་ཆེས་མཁན་མེད་པ་ཞིག་ཆགས་སྲིད་པ་རེད། །

བཀའ་བརྒྱད་པའི་ཚོས་ལྷག་བརྒྱད་པ།

噶举派邪教传承

Inheritance of the evil cult of Kargyum school



རྟིང་མ་པའི་ཆས་ལྷག་བརྒྱན་པ།
宁玛派邪教传承
Inheritance of the evil cult of Ningma school



ས་སྤྱི་བཀའ་བཀོད་རྒྱུ་འཛིན་བརྒྱུད་པ།

萨迦派封建传承

The feudal inheritance of Sakya school



འབྲམ་རམ་པའི་སློབ་སྦྱང་གི་ལམ་ཆད།

2021.4.3

འདིར་རང་ལ་ཡོན་ཏན་གྱི་ཐོབ་ཐང་མེད་མཁན་སྤྱི་ལོག་གྱི་ལོག་སྤྱན་པོ་
 ཁག་གཅིག་དང་། དེའི་རྗེས་འབྲང་པ་ཁག་གཅིག་གིས་འབྲམ་རམས་པ་ལ་
 ཡོན་ཏན་མེད་པ་དང་། སན་ཐོགས་མེད་པ་རྒྱན་བསྐྱགས་བྱེད་ཅིང་ཡོད་པ་
 འདི་ལ་གསལ་བཤད་ཅིག་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། དང་པོ་འབྲམ་རམས་པ་ཟེར་བའི་ཡོན་
 ཏན་གྱི་ཐོབ་ཐང་བྱང་རྩུལ། དེ་ནི་སློབ་སྦྱང་གི་ལག་བྱེད་ཆད་མཐོ་ཤོས་དེ་
 རེད། དེ་ནི་སློབ་རྒྱུད་ནས་བསྐྱེད་མར་ལོ་ཉེར་ལྷ་དང་། ཉེར་དྲུག་ཅམ་ལ་སློབ་
 སྦྱང་བྱས་རྗེས་ལག་བྱེད་དེ་ཐོབ་བྱུང་པ་ཞིག་རེད། སློབ་སྦྱང་ཡག་པོ་ཅན་
 ཡིན་ན་ཕལ་ཆེར་རང་ལོ་སྤྱི་ལོ་ལྷོ་ལ་སླེབས་དུ་ལག་བྱེད་དེ་ཐོབ་སྲིད་ཅིང་།
 སློབ་སྦྱང་གི་སློབ་སྐྱར་མ་འདང་ན་དེ་བས་དུས་ཡུན་རིང་ཅམ་འགོར་སྲིད་པ་
 ཞིག་རེད། འབྲམ་རམས་པ་དང་། རབ་འབྲམས་པ་ཟེར་བའི་ཡོན་ཏན་གྱི་
 ཆད་གཞི་དེ་དག་ལ་རྒྱ་སྐད་དུ། 博士，硕士。ཟེར་བ་དེ་རེད། འདི་ནི་རྒྱ་རྒྱུ་
 ཞིག་གམ། ས་ཁུལ་ཞིག་དང་། ཞིང་ཆེན་ཞིག་གིས་གཏན་འབེབས་བྱས་པ་ཞིག་
 མ་རེད། རྒྱལ་སྲིད་སྤྱི་ཁབ་ཁང་གིས་གཅིག་གྱུར་གྱི་གཏན་འབེབས་བྱས་པའི་
 ཡོན་ཏན་གྱི་ཆད་གཞི་ཞིག་རེད། འདི་ལ་ཡོན་ཏན་ཡོད་མ་རེད་ཟེར་མཁན་དེ་
 དག་ནི། མོ་ཏ་ཙ་བ་ནས་མཐོང་མ་རྒྱུང་ཞིང་དེ་ལ་རྒྱས་མངའ་མེད་པའི་མི་
 སྤྱན་པོ་ཏམ་པ་ཅན་ཞིག་གིས། མོ་ཏ་ཟེར་བ་དེ་མཚོག་པོ་མ་རེད། དེ་ལས་རྒྱ་
 དང་པོང་བྱས་མཚོག་པ་རེད་ཟེར་བ་དང་དོན་གཅིག །འདི་ནི་གྲུང་གོའི་རྒྱལ་
 ཁབ་གྱི་ཡོན་ཏན་གྱི་ཆད་གཞི་མཐོ་ཤོས་ཡིན་པ་མ་ཟད། འཛམ་བུ་སྤྱིར་གྱི་
 སློབ་གྲྭ་ཆེན་མོ་ཆང་མའི་ཡོན་ཏན་གྱི་ཆད་གཞི་མཐོ་ཤོས་དེ་རེད། འབྲམ་
 རམས་པ་ནི་ཡོན་ཏན་གྱི་ཆད་གཞི་མཐོ་ཤོས་ཡིན་ཞིང་། ཐོག་མར་བྱི་རྒྱལ་

རྒྱ་སྤྱི་གས་པའི་ལྷགས་སྤྱོད་ལས་བྱུང་བ་ཞིག་རེད། སྤྱི་ཚུ་སྤྱང་དུ། Doctor
ཚུ་སྤྱང་དུ། 博士。ཟེར། དེ་ནི་སྤྱི་ཚུལ་དུ་དུས་རབས་བར་མའི་ནང་དུ་བྱུང་
ཞིང་ད་བར་ལོ་རྒྱུ་མ་བར་སྤྱི་ཚོགས་ཞིག་གི་ལོ་རྒྱུས་ཡོད་པ་ཞིག་རེད། ཏོ་ཁི་
ཐོར ① ། ཟེར་བའི་མིང་དེ་སྤྱི་ཚུལ་དུ་ཐོག་མར་རི་ལྟར་བྱུང་བའི་སྤྱི་རངས་
གསལ་པོ་མི་ཤེས། གྲུང་གོ་ལ་གྲུང་དུ་མིན་གོའི་སྤྱབས་སུ་སྤྱི་ལོ་ ༡༧༩༥ ལོར་སློབ་
ཤུ་ཆེན་མོའི་ནང་དུ་པོ་ཉི་དང་། ཨའོ་ཉི། ཞའོ་ཉི་ཟེར་བའི་སྤྱི་ལྷགས་ཀྱི་ཡོན་
ཏན་ཆོད་གཞི་འདི་དར་སྤེལ་བཏང་བ་རེད། ཚུ་སྤྱང་གི་མིང་འདི་དག་གནའ་
སྤུ་མོ་རྒྱའི་ཡོན་ཏན་ཅན་གྱི་དཔོན་རིགས་རྣམས་ཀྱི་མིང་ཡིན་ཞིང་། སྤྱབས་
དེར་སྤྱི་ཚུལ་གྱི་ཡོན་ཏན་གྱི་ཆོད་གཞི་མཆོན་བྱེད་ཆེད་དུ་སློབ་ཤུ་ཆེན་མོའི་
ནང་དུ་བེད་སྤྱོད་པ་རེད་ཟེར། དེ་རྗེས་དུས་འགྱུར་གྱི་དབང་གིས་ཡུན་རིང་མ་
འགོར་བ་མེད་པར་ཆགས། གྲུང་དུ་མི་དམངས་སྤྱི་མཐུན་རྒྱལ་ཁབ་བཅུགས་
པའི་རྗེས་སུ་བཅོས་བསྐྱར་དང་སྤྱོད་འབྱེད་ཀྱི་སྤྱི་དུས་ལག་ལེན་བྱས་ཏེ། སྤྱི་ལོ་
༡༩༥༠ ལོར་རྒྱལ་ཡོངས་མི་དམངས་འཐུས་མི་ཚོགས་ཆེན་བརྒྱུད་ནས་སློབ་ཤུ་
ཆེན་མོའི་ནང་དུ་ཡོན་ཏན་གྱི་ཆོད་གཞི་གཏན་འབེབས་བྱས་ཡོད། འོན་ཀྱང་
སྤྱབས་དེར་ཆ་དོན་གཏན་འབེབས་བྱས་པ་ཅི་མ་ལས། སྤྱི་ཚུལ་བའི་སློབ་ཤུ་
ཆེན་མོ་ཁག་ལ་ཡོན་ཆོད་ཀྱི་ཞུ་གོས་སོ་སོར་ཡོད་པ་མ་ཟད། ཆེད་ལས་མི་
འདྲ་བ་ལ་དབྱིབས་དང་ཁ་དོག་ཅུང་མི་འདྲ་བ་ཡོད་པ་དེ་བཞིན་གཏན་
འཁེལ་བྱས་མེད། སློབ་མ་རྣམས་ཀྱི་ཞུ་གོས་དེ་ཆེད་ལས་མི་འདྲ་བ་ལ་བརྟེན་
ནས་ཅུང་ཟད་མི་འདྲ་བ་བྱས་ཤིང་། དགོ་ཆུན་གྱི་ཞུ་གོས་ལ་ཐོག་མར་འབྲམ་
རམས་པ་དང་། རབ་འབྲམས་པའི་ཞུ་གོས་ཅུང་ཟད་ཁྱད་པར་ཅན་ཞིག་
བཅོས་ཡོད་ཅིང་། སྤྱི་ལོ་ ༡༩༩༥ ལོར་རྗེས་སུ་གཅིག་གྱུར་བྱས་པ་རེད། དཔེར་ན། ང་
ཐོག་མ་རབ་འབྲམས་པའི་མཚུངས་སྟོན་དགོ་ཆུན་གྱི་སློབ་ཐང་རག་དུས་སྤྱི་ལོ་
༡༩༩༩ ལོར་རེད། དེ་དུས་ཞུ་གོས་གཅིག་གྱུར་གྱི་གཏན་འཁེལ་བྱུང་མེད། སྤྱི་ལོ་

① Doctor

༥ དོན་ཚན་གཉིས་པ། དེར་རྒྱས་བོད་པའི་སྒྲ་ཡིག་ཡོན་ཏན་མེད་མཁན་
མང་པོ་ཞིག་གིས་འབྲུམ་རམས་པ་ཟེར་བ་དེ་ཁོང་རང་ཚོ་ནང་བཞིན་མིང་
སྟོང་པ་ཞིག་རེད་བསམ་མཁན་མང་པོ་ཡོད་ས་རེད། འབྲུམ་རམས་པ་ཟེར་
བའི་ཡོན་ཏན་གྱི་ཚད་གཞི་དེ་ཐོབ་པ་ལ། རྒྱས་ཡུན་གང་འདྲ་ཞིག་དགོས་པ།
རིག་གཞུང་གི་གྲངས་ཀ་གང་ཅམ་ཞིག་ལ་སྐྱུང་དགོས་པའི་སྐོར་གོ་བདེ་བའི་
ཆེད་རྒྱ་གཞུང་ལ་རེའུ་མིག་ཅིག་བཀོད་ཡོད་པ་དེར་གཟིགས།

① 学位条例。

འབྲུམ་རམས་པའི་སྤྱི་ཚོགས་ཚུལ་། DOCTOR 博士			
སྤྱི་ཚོགས་མིའི་ལོ།	མིའི་ལོ་གྲངས།	སྤྱི་ཚོགས་གྱི་ནང་དོན།	ལོ་རྒྱུས་ཆེན་མོར་སྤྱིར་བཏིག་ཏུ།
འབྲུམ་རམས་པ་ཆེད་མཁས།	མ 28→30	ཆེད་མཁས་པའི་འབྲུམ་	
འབྲུམ་རམས་པ། མ 3	མ 25→27	མཁས་པ་ཆེན་མོར་འབྲུམ་ མཁས་པ། 23	
རབ་འབྲུམ་པ། མ 3	མ 23→25	མཁས་པ་ཆེན་མོར་འབྲུམ་ མཁས་པ། 33	
མཁས་པ་ཆེན་མོ། མ 4	མ 19→22	མཁས་པ་ཆེན་མོར་ མཁས་པ། 150-170	
མཁས་པ་ཆེན་མོ་འབྲིང་། མ 3	མ 16→18	ཆེད་མཁས་པ་ 2 ཆེན་མོ། མཁས་པ་ཆེན་མོ། མཁས་པ་ཆེན་མོ། མཁས་པ་ཆེན་མོ། མཁས་པ་ཆེན་མོ། མཁས་པ་ཆེན་མོ། མཁས་པ་ཆེན་མོ། མཁས་པ་ཆེན་མོ། མཁས་པ་ཆེན་མོ།	
མཁས་པ་ཆེན་མོ། མ 3	མ 13→15	མཁས་པ་ཆེན་མོ། མཁས་པ་ཆེན་མོ། མཁས་པ་ཆེན་མོ། མཁས་པ་ཆེན་མོ། མཁས་པ་ཆེན་མོ། མཁས་པ་ཆེན་མོ། མཁས་པ་ཆེན་མོ། མཁས་པ་ཆེན་མོ།	
མཁས་པ་ཆེན་མོ། མ 6	མ 6→12	མཁས་པ་ཆེན་མོ། མཁས་པ་ཆེན་མོ། མཁས་པ་ཆེན་མོ། མཁས་པ་ཆེན་མོ། མཁས་པ་ཆེན་མོ། མཁས་པ་ཆེན་མོ། མཁས་པ་ཆེན་མོ། མཁས་པ་ཆེན་མོ།	

མདོར་ན་གྱིས་པ་ལོ་རྒྱུག་ནས་འགོ་བརྒྱུད་རང་ལོ་སྒྲུལ་ཅུ་ཡན་མན་གྱི་བར་ལ་
 རིག་གཞུང་བརྒྱ་ཕྱག་ཅམ་ལ་སྤྱི་ཚོགས་སྤྱི་ཚོགས་ཤིང་མཁས་པའི་ལག་བྱིས་
 ཐོབ་མཁན་དེ་ལ་འབྲུམ་རམས་པ་ཟེར། སྤྱི་བཏང་གྲུང་གོའི་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་ཆེན་མོའི་
 འབྲུམ་རམས་པའི་སྤྱི་ཚོགས་ལོ་གསུམ་ཡིན་ཀྱང་པལ་ཆེར་ལོ་གསུམ་གྱི་ནང་
 ཏུ་མཁས་པའི་སྤྱི་ཚོགས་པ་དགའ། འབྲུམ་རམས་པ་སྤྱི་ཚོགས་མཁས་པའི་ལོ་གོང་
 གསལ་གྱི་སྤྱི་ཚོགས་ཆེན་དེ་སྤྱི་ཚོགས་པ་ཅམ་གྱིས་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་ནས་ཐོན་མི་སྤྱི་ཚོགས་པ་ཞིག་
 རེད། གོང་གསལ་སྤྱི་ཚོགས་སྤྱི་ཚོགས་གི་ཆ་ཆེན་དེ་དག་གི་ཐོག་ཏུ་རང་གི་ཞིབ་འཇུག་
 གི་ལྟ་བུ་མཆོན་སྤྱི་ཚོགས་པའི་མཁས་པའི་དབྱུང་ཚོམ་དེ་བཞུགས་ཀྱི་ཕྱི་ཚོགས་པ་ཅིང་། དེ་ལ་
 མཁས་པ་དབང་ལྷན་ཆོག་གིས་དབྱུང་བཟོད་བཟོ་སྤྱི་ཚོགས་པའི་ཞིག་འཆོག་སྤྱི་ཚོགས་པ་
 ལྷན་གྱི་ལོ་དེ་ལོ་དབྱུང་གཏམ་ས་ཡིག་དང་བཅས་པ་ཐོབ་དཔོན་པ་དང་།
 དེ་ནས་སྤྱི་ཚོགས་སྤྱི་ཚོགས་གི་རྒྱ་ཆེན་ནང་ཏུ་དམིགས་བསལ་གྱི་ཆེད་ལས་དང་
 འབྲུམ་པའི་གནད་དོན་སྤྱི་ཚོགས་པ་ཞིབ་འཇུག་བྱས་པའི་དབྱུང་ཚོམ་གྱིས་པ་

གཉིས་ལས་མི་ཁྱད་བ་ཞིག ང་རིམ་པ་ཡན་ཆད་ཀྱི་རིག་གཞུང་དུས་དེབ་ཐོག་
 ཏུ་པར་ཞིང་ཡོངས་ཁྱབ་ཏུ་འགྲེམ་སྤེལ་བྱ་སྟེ་དགོས། ད་རུང་སློབ་གྲྭ་མི་འདྲ་
 བ་ལ་རེ་བ་མི་འདྲ་བ་ཅུང་ཟད་རེ་ཡོད་པ་ལྟར། རིག་གཞུང་ཚོགས་འདུ་གོ་
 བསྐྱེད་པ་འགན་ཁུར་བ་དང་། རྒྱལ་ཁབ་རིམ་པ་དང་། ཞིང་ཆེན་རིམ་པ་འི་
 ལས་གཞི་ཐོབ་དགོས་པ། ཞིབ་འཇུག་འབྲས་བུའི་བྱ་དགའ་ཐོབ་དགོས་པ་
 མོགས་གཅིག་གྱུར་མ་ཡིན་པ་འི་ཆ་རྒྱུན་ཡང་གང་འཆོམས་ཡོད་པ་རེད། དེ་
 དག་ཡོངས་སུ་གྲུབ་ཟིན་པ་དང་ད་གཟོད་འབྲུམ་རམས་པ་འི་སློབ་ཐོན་ལག་
 ཁྱུར་ཐོབ་སྟབས། བོད་ཚོངས་པ་འི་ཡུལ་དུ་འབྲུམ་རམས་པ་རྣམས་པ་ལ་པརྟེ་ཏ་
 ཟེར་འབོད་དུས། འཛམ་གླིང་རིག་གནས་ལ་ཆ་རྒྱུས་མེད་པ་འི་བོད་ཀྱི་སྒྲ་སྒྲུལ་
 དང་། དེའི་རྗེས་འབྲང་པ་འགའ་ཞིག་གིས་ཁོ་ཚོ་ལ་པརྟེ་ཏའི་ཡོན་ཏན་གྱི་ཆ་
 ཤས་ཅམ་ཡང་མེད་པས་དེ་ལྟར་འབོད་མི་རུང་ཞེས་ཐ་ཆོག་སྒྲོགས་པ་འདི་ནི།
 ས་ཁྱུག་ཀྱི་མིའི་བསམ་སྒྲོ་ཞིག་རྟེ། སྐྱེས་ལ་ཤིང་རྟ་འཁོར་ལོ་ཞེས་འབོད་
 མི་རུང་རྟེ་ཤིང་རྟ་ནི་འཇིག་རྟེན་འདིར་བང་མཁྱོག་ཤོས་རེད་བསམ་པ་དང་
 འོན་ཀའིག །པརྟེ་ཏ་ཟེར་བ་དེ་གནའ་དུས་གནས་ལྟ་རིག་པ་འི་པརྟེ་ཏ་ཞེས་
 རིག་གཞུང་ཁག་ལྟ་ལ་ཅམ་ལ་སྦྱོར་བཅོཅ་བྱ་སྦྱོར་བའི་མཁས་པ་ཞིག་གི་མིང་
 ཡིན་པ་དང་། དེར་དུས་རྒྱ་གར་བས་ཨ་ཀྱ་ཡ་པརྟེ་ཏ་ཞེས་པ་སློབ་གྲྭ་ཆེན་
 མོའི་སློབ་མའི་མིང་ལ་འཇུག་པ་ཅམ་རེད་འདུག །ད་ལྟའི་འབྲུམ་རམས་པ་
 རྣམས་ནི། མོང་ཞུས་ལྟར་རིག་གཞུང་མི་འདྲ་བ་བརྒྱ་ལྷག་ལ་ཉེ་བ་ཞིག་སློབ་
 གཉེར་བྱས་ཟིན་པ་ཞིག་རེད། ངས་ས་ཁྱུག་གི་མི་རྣམས་ལ་གོ་བརྟེ་སྦྱོད་བདེ་
 བའི་ཆེད་དུ་འབྲུམ་རམས་པ་རྣམས་ལ་པརྟེ་ཏ་ཞེས་འབོད་པ་ཡིན་མ་གཏོགས།
 འོན་དཀོས་འབྲུམ་རམས་པ་དང་པརྟེ་ཏ་གཉིས་འདྲ་མཉམ་དུ་ལྟ་བ་ནི་འབྲུམ་
 རམས་པ་ལ་མཐོང་ཆུང་གི་ཐ་སྙད་ཅིག་རེད།

༥ འོན་ཆོན་གསུམ་པ། འབྲུམ་རམས་པ་ཐོབ་ན་པན་ཐོགས་གང་ཡོད་ཅེ་ན།
 ངས་བལྟས་ན་པན་ཐོགས་གཙོ་བོ་བཞི་ཡོད་འདུག ག དང་པོ་དེ་རང་གི་
 མདུན་ལམ་ལ་པན་ཐོགས་རེས་རེད། དེར་དུས་གྲུང་གོའི་ཡུལ་དུ་སློབ་གྲྭ་ཆེན་

མོ་ལས་ཐོན་རྗེས་ལས་ཀ་ཏ་ཅང་ཐོབ་དཀའ་བ་ཞིག་རེད། འོན་ཀྱང་འབྲུམ་
རམས་པའི་ལག་བྱིར་ཐོབ་ན་སློབ་གྲྭ་ཆེན་མོ་དང་། ཞིབ་འཇུག་ལས་ཁྱད་ས་
ནམས་ཀྱིས་ཆེད་དུ་བཅུལ་ཞིང་སྒྲོར་འབྲུམ་ཕྱག་ཁ་ཤས་བརྒྱན་པ་གནང་ནས་
རང་རང་གི་ལས་ཁྱད་ས་ལ་གདན་དྲངས་ཤིང་ཡོད་པ་རེད། ཕྱི་རྒྱལ་ཁག་ལ་
དེ་བས་ཀྱང་རིན་ཐང་ཆེ་བ་སྟེ། འབྲུམ་རམས་པའི་ལག་བྱིར་ཐོབ་ན་ཞིབ་
འཇུག་ལས་ཁྱད་ས་དང་སློབ་གྲྭ་ཆེན་མོ་སོགས་ལ་ལས་ཀ་ཐོབ་མི་སྤྲོད་པ་རེད།
སྒར་དམིགས་བསལ་དུ་བོད་རིག་པ་ཞིབ་འཇུག་གི་ཆེད་དུ་བོད་ཀྱི་སླ་སྤྱལ་
མཁས་པ་འགའ་ཞིག་སྤྱད། ད་ལྟ་བོད་རིག་པའི་སྒྲོར་ལའང་འབྲུམ་རམས་པ་
ཐོབ་ན་ལས་ཀ་ཐོབ་མི་སྤྲོད་པ་རེད། དེ་ནི་འབྲུམ་རམས་པའི་སློབ་རིན་ཐང་
དང་ཕོ་རེད།

༡ གཉིས་པ། དེར་དུས་སློབ་སྦྱོང་གི་ཐོབ་ཐང་དང་། ཞིབ་འཇུག་ལས་ཀའི་
ཐོབ་ཐང་གཉིས་པ་ལས། བོད་རིགས་ཚོས་དེ་གཉིས་བྱང་པར་མ་ཤེས་པ་རེད།
འབྲུམ་རམས་པ་དང་། རབ་འབྲུམས་སོགས་ཟེར་བ་དེ་སློབ་སྦྱོང་གི་ཐོབ་ཐང་
རག་པ་ཞིག་རེད། ཞིབ་འཇུག་ལས་ཀའི་ཐོབ་ཐང་ལ། སྤྱི་ཚུགས་ཚན་རིག་
ཁང་དང་། རང་བྱུང་ཚན་རིག་ཁང་། སློབ་གྲྭ་ཆེན་མོ། སྤན་ཁང་བཅས་ཚན་
རིག་ལག་རྩལ་གྱི་ཞིབ་འཇུག་ཁང་དུ་རང་རང་གི་ལས་ཀའི་འཛོལ་ཐང་དང་།
ཀྱབ་འབྲས་ལ་བརྟེན་པའི་ལས་ཀའི་ཐོབ་ཐང་ཞིག་ཡོད་པ་རེད། དེ་རྒྱལ་ཁབ་
སྤྱི་ནང་ཚང་མ་ལ་གཅིག་གྱུར་རེད། དེ་ལ་རིམ་པ་བཞི་ཡོད་པ་ནི་དགེ་ཆན་
ལས་རོགས་པ། འཆད་བྲིད་པ། སློབ་དཔོན་གཞོན་པ། སློབ་དཔོན་ཆེན་མོ་
བཅས་རེད། ཕྱི་རྒྱལ་ཡིན་ན་འབྲུམ་རམས་པའི་ལག་བྱིར་ཐོབ་ན་སློབ་གྲྭ་ཆེན་
མོའི་དགེ་ཆན་བྱ་རྒྱུའི་ཐོབ་ཐང་ཐོབ་པ་རེད། འབྲུམ་རམས་པའི་ལག་བྱིར་
ཐོབ་ན་གཞི་ནས་ཞིབ་འཇུག་ལས་ཁྱད་ས་དང་། སློབ་གྲྭ་ཆེན་མོ་སོགས་ལ་
ལས་ཀ་བཅུལ་བའི་ཐོབ་ཐང་ཡོད་པ་རེད། དེ་ནས་ལོ་ངོ་བཙུལ་ཅན་ལས་ཀ་
ལས་བྱས་ཤིང་མཐུན་ཞུན་འཛོམ་ན་སློབ་དཔོན་ཆེན་མོའི་ཐོབ་ཐང་རག་ཅིང་།
དེ་ནས་ལོ་ཤས་རྗེས་སུ་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་ལས་གཞི་ཐོབ་ན་འབྲུམ་རམས་པའི་སློབ་

སྟོན་པའི་ཐོབ་ཐང་རག་ཅིང་ཡོད། གྲང་གོ་ལ་བཅོས་བསྐྱར་སྟོ་འབྱེད་རྗེས་སུ་
འཛམ་གླིང་གི་རིག་གཞུང་ཞིབ་འཇུག་གི་ལས་ཀའི་སྒྲིམ་གཞི་དང་གཅིག་གྱུར་
བྱ་བའི་གོ་རིམ་ནང་དུ། རིག་གནས་གསར་བརྗེ་ལ་སོགས་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་འགལ་
ཁྲེན་སྒྲིམ་ཚོགས་དབང་གིས་སྤྱི་ལོའི་དུས་རབས་ཉི་ཤུ་པའི་ནང་དུ་མ་སླེབས་
བར་དུ་འཛམ་གླིང་ཐུན་མོང་གི་སྒྲིམ་གཞིའི་ནང་དུ་འཇུག་མ་ཐུབ་ཅིང་།
དམིགས་བསལ་དུ་སྤྱི་ལོ་༡༩༧༠ལོའི་སྟོན་ལ་སྤྱིས་པའི་སློབ་དཔོན་ཆེན་པོའི་
ཐོབ་ཐང་ཡོད་མཁན་ཡིན་ན་རང་ཉིད་འབྲུམ་རམས་པ་མིན་ནའང་འབྲུམ་
རམས་པའི་སློབ་སྟོན་པ་བྱ་ཆོག་པའི་སྲིད་ཁྲིམ་ཤིག་གཏན་འབེབས་བྱས་པ་
རེད། འོན་ཀྱང་འབྲུམ་རམས་པའི་མཚུབ་སྟོན་བྱ་བ་ལ་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་ལས་
གཞིའི་སྒྲིམ་མོ་མང་པོ་ཞིག་ཐོབ་དགོས་པ་ཞིག་རེད།

༥ དོན་ཆེན་བཞི་པ། རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་ལས་གཞི་རེ་ཞུས་བྱ་དགོས་ན་འབྲུམ་
རམས་པའི་ལག་ཁྲེར་མེད་ན་ལས་གཞི་རེ་ཞུ་བའི་ཐོབ་ཐང་ཡོད་མ་རེད།
ཡང་ན་སློབ་དཔོན་ཆེན་པོ་རྒན་གཞོན་དང་། ཞིབ་འཇུག་པ་རྒན་གཞོན་གྱི་
ཐོབ་ཐང་ཡོད་པ་ཞིག་དགོས་རེད། དེར་བརྟེན་ངས་བསམ་ན་མིག་སྒར་གྱི་སྤྱི་
ཚོགས་ནང་དུ་འབྲུམ་རམས་པའི་ལག་ཁྲེར་དེ་ལ་ཕན་ཐོགས་དང་། སྤྱིད་སྟོ་
ཆེན་པོ་བཞི་ཡོད་པ་དེ་ངས་མཐོང་པ་ཞིག་རེད། དེར་དུས་འབྲུམ་རམས་པ་
ལ་སྐྱེ་དོག་གིས་ངན་སྒྲུབ་བྱེད་མཁན་དེ། སྤྱི་ཚོགས་ཐོག་གི་སྒྲ་ལོག་གྲུ་ལོག་དེ་
དག་རེད། ད་ལྟ་འཛམ་གླིང་གི་སྤྱིར་འཕྲོས་ལྟར་པོད་རིགས་གཞོན་ནུ་
རྣམས་སློབ་གྲྭ་ཆེན་པོར་ཞུགས་པའི་གོ་སྐབས་བྱུང་ཞིང་དེ་ལས་རབ་འབྲུམས་
པ་དང་། འབྲུམ་རམས་པ་མང་པོ་ཞིག་ཐོན་དང་ཐོན་བཞིན་པ་རེད། དེ་ལ་
སྤྱི་ཚོགས་ཐོག་དུ་གྱུས་བཀྱར་གང་འཆམས་ཤིག་ཐོབ་པར་མཐོང་བ་དང་། ཁོ་
རང་ཆོ་ལ་འཛིགས་སྤང་ཞིག་སྤྱི་ཡོང་བཞིན་ཡོད་པ་རེད། དེས་ན་འབྲུམ་
རམས་པ་དང་། རབ་འབྲུམས་པ་ལ་ཡོན་ཏན་དང་ཕན་ཐོགས་ཡོད་མ་རེད་
ཟེར་མཁན་དེ་དག་ཕལ་ཆེར་སྒྲ་མ་གྲུ་པའི་མིང་ཡོད་པ་དེ་དག་རེད། དེར་
དུས་འཛམ་གླིང་ཐོག་དུ་པོད་ཀྱི་མཁས་པའི་རྒྱལ་བཀྱག་དེ་སྤྱི་པོས་འཛིན་ཟིན་

པ་མ་བཟང་ཐོད་ཀྱི་སྤྱི་ཚོགས་ནང་ལའང་ཁོ་ཚོའི་ཐོབ་ཐང་དེ་ཏུ་ཅང་མཐོན་པོ་
ཞིག་ཆགས་ཡོང་སྐབས། སྤྱི་ལོག་གྲུ་ལོག་ནམས་ཐོད་ཀྱི་ས་ཁུག་ནང་དུའང་
རྒྱལ་བཀུག་ཤོར་བའི་ཉེན་ཁ་སྤྱིབས་བཞིན་ཡོད་སྐབས། ཁོ་ཚོ་སྤེལ་འཚུབས་
ལངས་པ་རེད། ཁ་སང་ཉེན་ཤས་སྤོན་ལ་འབྲིག་དགའ་བེར་བ་ཞིག་གིས་
འབྲུམ་རམས་པ་བེར་བ་ཏུ་ལས་ཡས་ཡོད་མ་རེད། རྒྱ་གར་ལ་པ་སི་རྩུན་མ་
བཅོ་ཚོག་གི་རེད། ང་ལའང་འབྲུམ་རམས་པའི་པ་སི་རྩུན་མ་ཡོད་བེར་ནས་བྱ་
ཐོག་ཏུ་བཏང་འདུག །བདེན་པ་ཡིན་བཟི་རེད། རྒྱ་གར་བལ་ཡུལ་དེ་ཚོ་ལ་སྤྱི་
བསྐྱེད་ལག་བྱེད། ཐོབ་ཐང་ལག་བྱེད་ཚང་མ་རྩུན་མ་བཅོ་ནས་སྤྱི་རྒྱལ་ལ་འགོ་
ཚོག་གི་རེད། དེ་ཡོངས་གྲགས་རེད། རྒྱལ་ཁབ་རྗེས་ལུས་དེ་དག་ལ་རྩུན་མ་
ག་རེ་ཡིན་ན་བྱེད་ཚོག་གི་རེད། དེ་ལ་ངས་དགག་པ་མེད། འོན་ཀྱང་འཇམ་
སྤྱིར་སྤྱི་དང་། བྱང་པར་ཀྱང་གོའི་ས་ཆ་ལ་རྩུན་མ་དེ་དག་འགོ་ས་ཡོད་མ་
རེད། པ་སི་གཞན་དག་པར་ཞོག །ཐོབ་ཐང་ལག་བྱེད་རྩུན་མ་ཞིག་བྱེད་ཏེ་
མགོན་ཁང་གཅིག་གི་ནང་ལ་བསྐྱེད་སར་སོང་དང་། བསྐྱེད་ཐུབ་མིན་ལྟོས།
ཡོན་ཏན་མེད་པ་དང་མཐོང་རྒྱ་རྒྱུད་བའི་སྐད་ཆ་དེ་དག་ཀྱང་གོའི་ཁོར་ཡུག་
གི་ནང་དུ་གད་སྤྱོད་ནས་ནང་དུ་དབྱུག་བྱ་རེད། འདྲིར་ཡོན་ཏན་མེད་པའི་སྤྱི་
ལོག་དང་། ལས་བྱེད་པ་འགའ་ཞིག་གིས་ལག་བྱེད་ཡོད་ན་ཡོན་ཏན་ཆེན་པོ་
ཡིན་པའི་ངས་པར་མེད། འབྲུམ་རམས་པ་ལའང་ཡོན་ཏན་མེད་མཁན་ཡོད་
རེད་ཅེས་བཤད་མཁན་ཡོད་འདུག །

འབྲུམ་རམས་པ་བརྒྱ་ཆ་བརྒྱ་ཐམ་པ་ཚང་མ་ཡོན་ཏན་འདྲ་མཉམ་མ་རེད།
དེའི་ནང་ལ་རབ་འབྱིང་ཐ་གསུམ་ཡོད་པ་ཚོས་ཉིད་རེད། འོན་ཀྱང་འབྲུམ་
རམས་པ་རྒྱུག་ཤོས་དེ་དག་ཀྱང་མཁན་པོ་དང་སྤྱུལ་སྤྱི་བརྒྱ་ལས་ཡོན་ཏན་ཆེ་
ངས་རེད། ལྷག་པར་དུ་དེར་དུས་ལོ་གསུམ་མཁན་པོ་བེར་བ་འདི་དག་ལ་
འབྱིང་རིམ་སྤྱོད་གྲུའི་ཡོན་ཏན་ཅམ་ལས་ཡོད་མི་སྤྱིར་པ་རེད། དེར་དུས་སྤྱི་
ལོག་ཚོ་ཞིང་སྤང་ཆེ་ཤོས་དེ་སྤྱི་ཚོགས་ཐོག་གི་མཁས་པའི་སྐད་ཆ་ལ་ཉོན་མང་
ན་ཐོད་མིའི་བསམ་སྤྱོད་ལ་འགྱུར་ལྡོག་དང་ཡར་རྒྱས་ཡོང་བ་དེ་རེད། ཉེན་ཤས་

སྒྲིལ་མཁན་པོ་ཆོ་བརྟན་ཟེར་བ་ཞིག་གིས་གསུངས་པར། དེར་དུས་སྤྱི་
 ཚོགས་ཐོག་གི་སྤང་ཆ་མང་པོ་མ་ཉོན་ན་ལེགས། སྤྱི་སྤྱོད་མདོ་ལ་མི་མང་
 པོས་དེ་ཐོག་གི་སྤང་ཆ་ཉན་པས། བསམ་སྒྲིལ་འགྱུར་སྤོང་འགྲོ་བཞིན་ཡོད་པ་
 རེད། ཅིས་གསུངས། དེ་བའི་ཐོག་གི་སྤོངས་པོ་ཆོས་བཤད་པ་ལྟར་ན། ཁོང་གི་
 ས་ཡུལ་སྤྱི་སྤྱོད་མདོར་ཡིན་པ་དང་། སྤེད་གེ་རྫོང་སར་དགོན་གྱི་མཁན་པོ་རེད་
 ཟེར། ཁོ་ཆོ་ཞེད་སྤང་ཆ་ཤོས་དེ་མི་དམངས་ཚོངས་དད་ལས་སད་པ་དེ་རེད།
 དེར་དུས་སྤེད་གེ་ཟིལ་རྒྱ་བརྒྱད་ཀྱི་དགོན་པ་དེ་དག་གིས་མི་མེར་གྱི་བསམ་སྒྲིལ་
 རོ་དམ་བྱ་བའི་ཆེད་དུ་ཁྱོད་ཆོ་སྤྱོད་བསྟན་སྟན་ཆོགས་ཀྱི་དེ་ཐོག་གི་སྤང་ཆ་
 མ་ཉོན། ཁོའི་སྤང་ཆ་དེ་དག་ལྟ་ལོག་དང་དམ་ཉམས་ཀྱི་སྤང་ཆ་རེད་ཅིས་
 སྒྲོ་བ་གསོ་བྱེད་ཅིང་འདུག་ཟེར། དེ་བཞིན་དུ་དཔལ་སྤངས་སྤོངས་སུ་ང་རང་
 གི་རོ་ཤེས་དང་སྤོངས་པོ་ཡིན་པའི་བྱད་མེད་ཞིག་གིས་ཀྱང་དེ་བཞིན་དུ་སྤྱོད་
 བསྟན་སྟན་ཆོགས་ཀྱིས་མིང་འབོད་ན་ལྟས་ངན་ཡོང་བ་བསྐྱགས་ཤིང་། མོ་
 རང་གིས་ཀྱང་ངའི་མིང་མ་སྒྲོས་པར། ཁྱོད་རང་ཆོའི་སྤྱོད་མཆེད་དེ་ཟེར་ཞིང་
 མིང་མ་སྒྲོས་པར་ཐོས་བྱུང་། སྒྲིལ་མ་ཐོག་མར་ངས་སྤྱི་ཚོགས་ཐོག་གི་དུལ་
 སུངས་ལ་དགག་པ་བྱེད་སྐབས། སྤྱི་ལོག་རྒྱམས་ཀྱི་རྗེས་འབྲང་པ་འགྲོག་པ་ཁ་
 ཤས་ཀྱིས་ཁྱོད་རང་སྤོང་མ་རྒྱགས་པ་ཡིན་ན། ང་ཆོས་གསད་བཟུང་ཡིན་ཟེར་
 བའི་འཛིགས་སྤུལ་གྱི་འཕྲིན་སྤུང་དང་། ཁ་པར་ཡང་འགྱུར་བྱུང་། ངས་ཐེབས་
 རོགས་ལབ་ཀྱང་ཡོང་མཁན་མ་བྱུང་། དེ་ནས་ཉིས་སྟོང་བཙོ་བརྒྱད་དང་།
 བརྒྱད་ཀྱའི་སྐབས་ན་རྟིང་མ་དང་བཀའ་བརྒྱད་ཀྱི་སྤྱི་ལོག་གསེར་རྟ་སྐར་ལ་
 སྒྲོ་བ་སྒྲོང་འགྲོ་མཁན། ས་ཡུལ་སལ་ཆེ་སྤྱི་སྤྱོད་མདོ་དང་། ནང་ཆེན་སྤོངས་ནས་
 ཡིན་པ་དེ་དག་རེད། ང་ལ་མཐུ་གཏང་གི་ཡིན་ཟེར་ནས་འཛིགས་སྤུལ་བྱེད་
 མཁན་བྱུང་ཡང་། གཏོང་རོགས་ལབ་པ་ཡིན། ཁོ་ཆོས་མཐུ་གཏོང་བཞིན་
 ངའི་ལུས་ཁམས་བདེ་ཐང་རྗེ་ལེགས་ལ་སྤྱིན་སོང་། ད་ཁོ་ཆོ་ལ་བྱེད་ཡས་གང་
 ཡང་མི་འདུག །དེ་གཉིས་ཀ་རུས་པ་མི་ཐོན་པ་དང་། ཉེ་ཆར་སྤྱི་ལོག་ཁོ་ཆོས་
 ཐོད་མི་དམངས་ཀྱི་ཁྱོད་དུ་ཁོ་ཆོའི་རུས་སྤོངས་འདོན་སྤུལ་བྱ་བའི་ཆེད་དུ།

དགྲོགས་གཏམ་བཟོས་ཏེ་བཤད་པར། ང་ལ་འགོ་བྱིད་གྲོགས་པོ་ཡོད། བདེ་
འཇགས་དང་། སྤྱི་བདེའི་ལས་བྱེད་པ་གྲོགས་པོ་ཡོད། ང་ཚོས་སྤྱབ་བསྟན་
ཕུན་ཚོགས་ལ་ཆབ་སྲིད་ཀྱི་སློན་ནས་མགོ་བརླངས་སྤྱད་དེས་ཡིན་ཞེས་དམངས་
ཁྲོད་རྒྱབ་བསྟགས་བྱས་པར། གྲོགས་པོ་འགའ་ཞིག་གིས་ང་ལ་གསུང་པར།
ཁྲོད་རང་གཟབ་ན་མ་གཏོགས་དེང་རུས་སྒྲ་མ་འདི་དག་ལ་དཔོན་པོ་མང་པོ་
གྲོགས་པོ་ཡོད་ས་རེད། ཁྲོད་རང་ལ་གཞོན་པ་བྱ་ཡོང་ཞེས་ང་ལ་བྱན་སྦྲོང་
བྱས་བྱུང་། ཁོ་ཚོ་ལ་གྲོགས་པོ་འགོ་བྱིད་དང་། སྤྱི་བདེ་དང་། བདེ་འཇག་
ལས་བྱེད་པ་ཡོད་དེས་རེད། འོན་ཀྱང་ཁོ་ཚོས་བསམ་པ་ནང་བཞིན། ལས་
བྱེད་པ་དེ་ཚོ་ལ་བདེན་དོན་མེད་པའི་སློན་ནས་ཁོ་ཚོ་ལ་རྒྱབ་སྦྲོར་བྱེད་མཁན་
ཡོད་མ་རེད་ལ། བྱས་ཀྱས་རུས་པ་ཐོན་བཀྱི་མ་རེད། གུང་ཁྱེད་ཏང་གི་ལས་
བྱེད་པའི་ནང་ལ་ནང་རུལ་པ་ཡོད་སྲིད་པ་རེད། འོན་ཀྱང་ཁོ་ཚོ་ལ་དེ་ལྟའི་
རུས་པ་ཡོད་མ་རེད། བོད་མི་དམངས་མགོ་བསྐྱོར་གཏོང་བའི་ཆེད་རྒྱ་ལོག་
དང་། སྤུལ་ལོག་ཚོས་དམངས་ཁྲོད་རྒྱ་རྒྱུ་བསྟགས་དེ་འདྲ་བྱེད་བཞིན་ཡོད་
པ་རེད། དང་པོ་ང་ལ་ཐད་ཀར་གསད་པའི་འཇིགས་བསྐྱལ། དེ་ནས་མཐུ་
ཚོར་མནན་གཏད་ཀྱིས་འཇིགས་སྐྱལ། དེ་དག་གང་ཡང་རུས་པ་མ་ཐོན་པའི་
རྒྱུ་ལྟ། མི་དམངས་མཐུན་ན་ཁོ་ཚོའི་འབྲེལ་བ་དང་རུས་སྟོབས་སྟོན་པའི་
ཆེད་རྒྱ་ཁོ་ཚོས་བཤད་པར། ང་ཚོ་ལ་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་ལས་བྱེད་པ་གྲོགས་པོ་ཡོད།
དེ་ཚོ་ལ་ཕྱིན་ལས་བཅོལ་ནས་སྤྱབ་སྤྱན་བསྐྱལ་བའི་དགྲོགས་གཏམ་བྱས་དང་
བྱེད་བཞིན་པ་རེད། །

ཞེས་དེང་རུས་སྒྲ་ལོག་ནམས་ཀྱིས་ཐོད་ཀྱི་གཞོན་ནུ་མཁས་པ་རྣམས་ལ་ཕྱག་དོག་གི་
གཏམ་འཆལ་ཆར་ལྟར་འབེབ་པའི་རུས་འདིར་དོན་གྱི་མཁས་པ་འབྲུམ་རམས་པའི་རིན་
ཐང་དང་བྱད་ཚོས་གང་ཡིན་བདེན་པའི་ང་སྟོང་འདི་ནི་ཐོད་ཀྱི་བདེན་དོན་སྒྲ་བའི་རྒྱལ་
ཁམས་པ་ཐབ་བསྟན་ཕུན་ཚོགས་དེས་སྤྱི་ལོ་2021ལོའི་ཟླ་བ་4པའི་ཚེས་3ཉིན། རྒྱ་ནག་
ཁྲོན་ཏུའི་གོང་གི་ཨོ་རུབ་མི་རིགས་སྟོབ་ཀྱ་ཆེན་མོའི་རང་ཤག་རྒྱ་ཐོལ་བྱུང་རྒྱ་བྱིས་ཏེ་
སྤངས་སོ། །

བྱད་མེད་འབྲུམ་རམས་ལ་བཞིའི་མཐའ་དབྱེད་གསུང་རྩམ།



༄༅། སྤྱིར་གེ་སར་རྒྱལ་པོའི་མོ་རྒྱལ་ལ་དབྱེད་པ།།



འཇམ་དབྱངས་ཚས་སྒྲོན།

格萨尔历史专家

མི་རིགས་དཔེ་སྒྲན་ཁང་།

གངས་རིའི་མདངས་འཛིན་གེ་སར་བཞིན་རས་ལ། །
ལོག་རྟོག་སྤྱིན་གྱིས་མོག་པོར་བྱེད་པའི་ཚོ། །
ལེགས་བཤད་ཉི་མའི་ཟེར་བརྒྱ་སྤྱོས་མཁས་པ། །
སེང་ལྷམ་རྣམ་འཕུལ་འཇམ་དབྱངས་ཚས་སྒྲོན་ཞབས།

中标编号：15ZDB117

བྲུབ་པ་ལྷན་དང་འབྲེལ་བའི་ ཚན་རིག་རྒྱམ་བཤད།

བདུད་འདུལ་སྒྲོལ་མ།



西医专家

མི་རིགས་དཔེ་སྐྱོན་ཁང་།

རྒྱལ་མའི་ལོ་རྒྱུས་བདེན་པའི་ཆབ་གྱིས་བཀྲུས།
གསོ་རིག་བདེན་དོན་ཚན་རིག་སྒྲོང་ནས་བཅུ།
པོད་གྱི་སྒྲུན་གཞུང་དེང་རབས་གཞུང་ལྟར་འགྲེལ།
སྒྲུན་རྒྱལ་གཉིས་པ་བདུད་འདུལ་སྒྲོལ་མའི་ཞབས།



གནམ་སའི་གོ་ལའི་འགྲོས་ཀྱི་ཚོས་ཉིད་དང་། །
 སྤྱོད་བཅུད་འབྱུང་བཞིའི་ཁམས་ཀྱི་ནམ་བཤད་སོགས།
 གཙུག་ལག་ཅིས་ཀྱི་རིག་པའི་ལོ་རྒྱུས་ལ། །
 མཁུའི་སྤྱོད་ལངས་པ་པའ་ཆེན་སྤྱིང་མོ་རྒྱལ། །

ས་ག་ལྷ་བ་ཟེར་བའི་འབྲུང་ཁུངས་དང་འབྲེལ་བཤད།

2021.5.12

ས་ག་ལྷ་བ་ཟེར་བ་དེ་ངོ་སྤྲོད་མདོར་བཅུས་ཞིག་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། ས་ག་ལྷ་བ་ཟེར་བ་དེ་བོད་ལྗང་བཞི་པ་ལ་ཟེར། བོད་ཀྱི་ནང་ཚོས་པ་ནམས་ཀྱིས་ལྷ་བ་དེ་ལ་དགེ་རྒྱལ་ཕྱིན་སྤང་བྱ་དགོས་ཟེར་སྟེ་ཞིག་ཆགས་ཡོད། དེའི་རྒྱ་མཚན་གང་ཞེ་ན། གསལ་པོ་ཤེས་མཁན་ཏེ་ཅང་དགོན། བོད་ཀྱི་ལུགས་སྟེ་ལ་བྱ་བ་ག་རེ་ཞིག་ཡིན་རྒྱུ་མཚན་མ་ཤེས་པར། ལྷན་པོ་གཤམ་པའི་རྗེས་སུ་འབྲང་མཁན་ཕལ་ཆེར་བ་དེ་རེད། བྱ་དངོས་གང་ཡིན་ན་རྒྱུ་མཚན་དེ་ཁ་གསལ་པོ་ཏེ་གོ་བ་བྱེད་ཅིང་དེ་ལ་དགའ་ཞེན་དང་། འདོད་མོས་ཡོད་མེད་རང་གིས་བདམས་ཀྱི་བྱས་ན་ཡག་པོ་ཡོད་རེད། ས་ག་ཟེར་བ་དེ་ནམ་མཁའི་སྐར་མ་ཞིག་གི་མིང་རེད། དེའང་རྒྱ་སྐར་ཉེར་བརྒྱད་ཟེར་བ་ཞིག་ཡོད་པ་དེའི་ལ་བྱལ་ཞིག་རེད། སྐབས་དེར་ང་ཚོས་ས་ཡི་གོ་ལ་འདི་བརྟན་པོ་བསྟན་ཅིང་། དེ་ལ་ཉི་ལྷ་རྒྱ་སྐར་ནམས་ཀྱིས་བསྐྱོར་ཞིང་ཡོད་པའི་སྤང་བ་བྱུང་བ་རེད། ད་ལྟར་གཟའ་དང་རྒྱ་སྐར་གྱི་གནས་ལུགས་དངོས་དེ་ཉི་མ་བརྟན་པོར་གནས་ཤིང་། དེ་ལ་ས་ཡི་དཀྱིལ་འཁོར་དང་། གཟའ་ཆེན་བརྒྱད་ལ་སོགས་པས་བསྐྱོར་བཞིན་ཡོད་པ་དང་། དེ་དག་རྒྱ་བའི་ལམ་ལ་བྱིས་བཅུ་གཉིས་ཀྱིས་བཅད་ཅིང་། བྱིས་སོ་སོའི་ལམ་རྒྱ་རྒྱ་སྐར་ཉེར་བརྒྱད་པོ་དེ་ནམས་ཀྱི་བར་མཚམས་སུ་བརྟན་པོ་གནས་ཡོད་པས་ན་དེང་རྒྱས་གནས་ལུགས་དང་མཐུན་པའི་རྒྱ་བྱོགས་པའི་མིང་ལ་སྐར་མ་དེ་དག་ལ་བརྟན་སྐར་ཉེར་བརྒྱད་ཟེར། རྒྱ་སྐར་རམ་བརྟན་སྐར་དེ་དག་ནི་དཔེར་ན་དེང་རྒྱས་གཞུང་ལམ་ཐོག་རྒྱ་ལེ་དབར་སོ་སོ་མཚོན་བྱེད་རྒྱ་རྩོད་རྒྱ་བཅུགས་ཡོད་པ་དེ་དང་གཅིག་མཚུངས་ཤིག་རེད། གཟའ་དང་རྒྱ་སྐར་གྱི་ནམ་གངས་དང་། རོས་འཛིན་བྱེད་སྤངས་འདི་གོ་ལའི་

ཤར་རུབ་ཀྱི་མི་རིགས་ཐམས་ཅད་གཅིག་མཚུངས་རེད། གནའ་ཐོའི་རུས་ཐོད་
 རིགས་གཙོ་བོར་བྱས་པའི་ཉི་མ་ལ་ཡའི་རི་བརྒྱད་ཀྱི་མི་རིགས་འདི་རྣམས་
 གྱིས་རང་བྱུང་ཁམས་ཀྱི་གནས་ལུགས་ལ་བརྟུན་དཔུང་ཞིབ་མོ་བྱས་ཡོད།
 དཔེར་ན། རུས་བཞིའི་ཉི་ཟླ་འཆར་རུབ་ཀྱི་གནས་ལུགས་ལ་འགྱུར་ཕྱོག་གང་
 བྱུང་དང་། ཉི་ཟླ་འཆར་རུབ་ཀྱི་ཕྱོགས་དང་བསྐྱེན་པའི་གནས་གཤིས་རྩོུག་
 གི་འགྱུར་བ་འགོ་སྤངས་སོགས་དཔུང་པས་དབྱར་དགུན་སྟོན་དབྱིད་དང་།
 དེ་ལ་བརྟེན་པའི་སྐྱོན་མ་གྱི་ལས་ཀ་ཇི་ལྟར་བྱེད་ཅིང་ཡོད་པའི་སྟོར། རྒྱ་མོ་
 བལ་མའི་ཟླ་ཅིས་དང་། ཞང་ཞུང་རྣམས་ཐོའི་ངག་ཅིས་ཟེར་བའི་དཔེ་ཆ་དེ་
 དག་ལས་ཤིས་ཐུབ། རྒྱ་སྐར་ཉེར་བརྒྱད་ཀྱིས་ཉི་མ་ལ་བསྐྱོར་ཞིང་གནས་ཡོད་
 པའི་ཚུལ་དང་། ས་ག་གང་ལ་ཡོད་སོགས་གཤམ་ལ་དཔེ་རིས་འདིར་གཟིགས།



ཟླ་བ་བརྒྱ་གཉིས་པོ་ནམ་ཚོད་འཛིན་པའི་སྐར་མ་བརྒྱ་གཉིས་ཡོད་པ་རེད།
 དེ་ལ་ཉ་སྐར་ཟེར། ཉ་ཟེར་བ་ཟླ་བ་ཉ་གང་བའི་རུས་ཏེ་ཚོས་བཙུལ་ལ་ཟེར།
 ཟླ་བ་བཞི་པ་ལ་ས་ག་ཟླ་བ་ཟེར་བའི་རྒྱ་མཚན་ནི། ཟླ་བ་འདིར་ཚོས་བཙུལ་
 ལཱི་དགོང་མོར་སྐར་མ་ས་ག་དང་། ཟླ་བ་གཉིས་མཉམ་རུ་ཤར་སྟོགས་ནས་
 འཆར་ཞིང་། ཞོགས་པ་རུབ་སྟོགས་ནས་ལྷན་རུ་རུབ་འགོ་བཞིན་ཡོད་པ་རེད།
 ཟླ་བ་འདིར་སྐར་མ་ས་གའི་འགོས་ལ་བརྟག་ཅིང་ནམ་ཚོད་འཛིན་པས་ན་ས་
 ག་ཟླ་བ་ཟེར། སྤྱི་བཏང་ཟླ་བ་བརྒྱ་གཉིས་པོ་སོ་སོ་ལ་ནམ་ཚོད་འཛིན་པའི་
 སྐར་མ་རེ་ཡོད་པ་དེ་དག་གི་མིང་ལ་ཟླ་བ་དེའི་མིང་འདྲགས་སྟོལ་ཡོད་པ་ནི།
 དབྱིད་ཟླ་དང་པོ་ལོ་གསར་པ་དེར་སྐར་མ་མཆུའམ་རྟ་པས་ནམ་ཚོད་འཛིན་
 ཞིང་ཡོད་ལྟབས་དེ་ལ་རྟ་པ་ཟླ་བ་ཟེར། གཉིས་པ་ལ་དཔོ་ཟླ། གསུམ་པ་ལ་
 རྟག་པ་ཟླ་བ། བཞི་པ་ལ་ས་ག་ཟླ་བ་ཟེར་བ་སོགས་དཔེར་རིས་ལས་གསལ་བ་
 ལྟར་རེད། གཙོ་བོར་ནམ་ཐར་དང་ལོ་རྒྱས་སོགས་ཡིག་ཚང་ནམས་སུ་ཟླ་མིང་
 འདི་འབྲི་སྟོལ་མང་། དམངས་ཁྲོད་ལའང་གང་འཚམས་བེད་སྟོང་སྟོལ་ཡོད་
 པ་ནི་ས་ག་ཟླ་བ་ལྟ་བུ་རེད། དཔེར་ན་གསོ་བ་རིག་པའི་གཞུང་ཕྱི་མ་རྒྱུད་
 ལས། དབྱིད་ཟླ་གསུམ་ནི་ཤིང་ཅི་ཁ་འབྲས་རུས། །རྟ་པ་དཔོ་དང་རྟག་པས་ནམ་
 ཚོད་འཛིན། །ཞིས་པ་དབྱིད་ཟླ་གསུམ་གྱི་རུས་རྟགས་ནི། ས་མི་འབྲུར་བའི་རྟགས་
 ལུ་ཤིང་ཅི་ཁ་འབྲས་ལ། གནམ་མི་འབྲུར་བའི་རྟགས་སུ་སྐར་མ་རྟ་པ་དང་། དཔོ་
 དང་། རྟག་པ་གསུམ་གྱིས་ནམ་ཚོད་འཛིན་པ། བར་མི་འབྲུར་བའི་རྟགས་སུ་བྱེའུ་
 ཅོ་ག་ནམ་མཁའ་ལ་འབྲུར་ཆལ་སྟོང་ནས་རང་སྐད་འབྱིན་པའི་རུས་ཡིན།

དབྲར་ཟླ་གསུམ་ནི་འདབ་རྒྱས་ཆབ་གྱི་རུས། །ས་ག་རྫོན་དང་རྒྱ་རྫོད་ནམ་
 ཚོད་འཛིན། །ཞིས་པ་དབྲར་ཟླ་གསུམ་གྱི་རུས་རྟགས་ནི། ས་མི་འབྲུར་བའི་རྟགས་
 ལུ་མི་རྟོག་སྤྱོད་ཚོགས་གྱི་འདབ་མ་རྒྱས་ཞིང་ཆར་པ་འབབ་པ་དང་། གནམ་མི་
 འབྲུར་བའི་རྟགས་སུ་སྐར་མ་ས་ག་དང་། རྫོན་དང་། རྒྱ་རྫོད་གསུམ་གྱིས་ནམ་
 ཚོད་འཛིན་པ། བར་མི་འབྲུར་བའི་རྟགས་སུ་བྱེའུ་པོ་ཁྲ་བྱུག་གིས་རང་སྐད་
 འབྱིན་པའི་རུས་ཡིན།

ལྟོན་ལྷ་གསུམ་ནི་ཅི་ཐོག་སྒྲིབ་པ་འདི་དུས། ཤོ་བཞིན་སྒྲུམས་སྟོང་དབྱུག་པས་
 བམ་ཆོད་འདྲིན། ཞེས་པ་ལྟོན་ལྷ་གསུམ་གྱི་དུས་ཀྱང་གསལ་ནི། ས་མི་འགྱུར་བའི་
 ཀྱང་གསལ་སྒྲིབ་ཅི་ཐོག་ལ་འབྲས་བུ་སྒྲ་ཆོག་སྒྲིབ་པ་དང་། གནམ་མི་འགྱུར་བའི་ཀྱང་
 སྒྲ་སྒྲར་མ་གྲོ་བཞིན་དང་། སྒྲུམས་སྟོང་། དབྱུག་པ་གསུམ་གྱི་བམ་ཆོད་འདྲིན་པ།
 བར་མི་འགྱུར་བའི་ཀྱང་གསལ་སྒྲ་བྱིཅ་ལྱུར་པས་གསོག་སྒྲ་འབྲིན་པ་སྟེ། ཆ་ག་པའམ་
 ཡུལ་སྐད་དུ་ཨ་ཁུག་འཆོར་པ་ཞེས་པའི་འབྲུ་དེ། ལྟོན་དུས་གསོག་པ་སྒྲིས་ནམ་
 མཁའ་ལ་འཕྱར་ཆོ་ཆར་ཆར་གྱི་སྒྲ་འབྲིན་པ་དེ། ལྟོན་དུས་མི་འགྱུར་བའི་དུས་གྱི་
 གཞེར་ཡིན། །

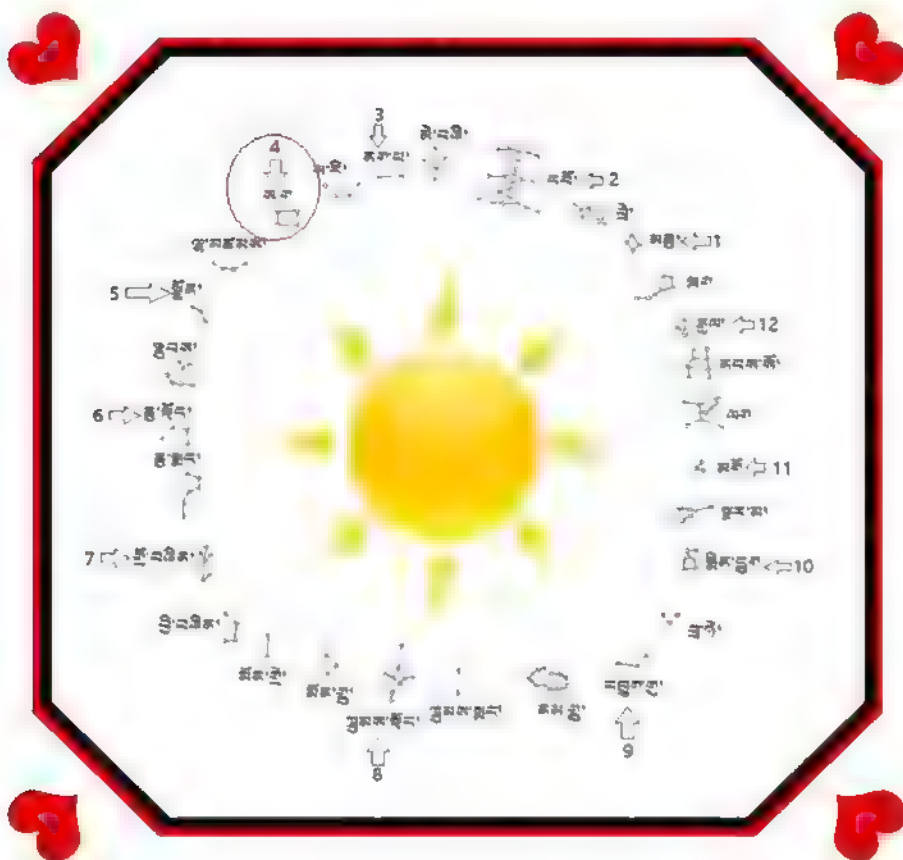
དཔལ་ལྷན་གསུམ་ནི་ས་ཁུ་འབྲུག་སྐད་རྒྱུ་། སྤྱིན་ཏུག་མགོ་རྒྱལ་གསུམ་གྱི་
 བམ་ཚོད་འདྲིན། ཁེས་པ་དཔལ་ལྷན་གསུམ་གྱི་རྒྱུ་རྟགས་ནི། ས་མི་འཁྱུར་བའི་
 རྟགས་སུ་ས་ཁུ་འབྲུགས་སྐད་པ་དང་། གནམ་མི་འཁྱུར་བའི་རྒྱུ་སུ་སྐད་མ་སྤྱིན་
 ཏུག་དང་། མགོ་དང་། རྒྱལ་གསུམ་གྱིས་བམ་ཚོད་འདྲིན་པ། བར་མི་འཁྱུར་བའི་
 རྟགས་སུ་ཕུ་བ་རྟགས་ཏུ་སྐད་འདྲིན་པའི་རྒྱུ་ཡིན། །

གནང་ཏུས་ཀྱི་མི་རྒྱུས་ལ་རྒྱ་ཆེན་འཁོར་ལོ་མེད་ཀྱང་གནས་སྐར་ལྟ་ཤེས་
མཁན་ཡིན་ན་མཆོན་མོ་རྒྱན་མེད་ཏུས་ཀྱི་ནམ་མཁའ་ལ་བརྟ་ནས་མཆོན་གྱི་
ནམ་ཆེན་གང་ཅམ་སྤྱན་ཡོད་པ་བརྟ་ཐུབ། ང་རང་གཞོན་ནུའི་ཏུས་ཀྱང་བྱས་
བཤོད་གྱི་སྐབས་སུ། ལོ་རྒྱུད་པ་ཆོས་གནས་སྐར་ལ་བརྟག་ནས་ནམ་གསལ་
བའི་ཏུས་ཆེན་ཅི་ཅམ་ཡོད་པ་ཐག་བཅད་ཐུབ། ཉ་སྐར་བརྒྱ་གཉིས་ཅམ་མ་
ཡིན་པ་རྒྱ་སྐར་གཞན་དག་ལ་བརྟག་ཏེ། ཉིན་རེའི་གཟའ་སྐར་འཕྲོད་སྦྱར་
བཟང་ངན་ལྟལ་ལྟགས་ལྟར་ངོས་འཛིན་བྱ་ཐུབ། དཔེར་ན། ངའི་ཁང་ལོ་ལ་
ཁང་ཀར་སྐབས་ཟེར་བ་ཞིག་ཡོད། ཁོང་དགུང་ལོ་བརྒྱད་ཅུ་ལྟ་བརྒྱད་ལྟ་དགུ་
ཞིག་རེད། ཁོང་ལྟའང་བཞུགས་ཡོད་རེད། ཡིག་ཆོངས་རེད། འོན་ཀྱང་གནས་
སྐར་ལ་བརྟ་ནས་གཟའ་སྐར་འཕྲོད་སྦྱར་བཟང་ངན་བཤད་པ་དེ་དང་ད་ལྟ་
ལོ་མོའི་ནང་དུ་བཀོད་པ་དང་གཅིག་མཐུན་རེད། སྤྱི་ལོ་ ༡༩༥༥ ལོ་ཡས་མས་
དེ་ཏུས་མཉམ་ལས་ཁང་གིས་ལས་ཁུལ་བསྐོས་པའི་རྩ་ཀྱང་བཀོ་སར་རི་ལ་

འགྲོ་རུས་མཆན་མོ་གནས་ལ་བལྟ་ཞིང་སྐར་མ་མང་པོ་ཞིག་ངོས་འཛིན་བྱེད་
 ཐུབ་ཅིང་འདུག །ངའི་ཨ་ཕ་དང་། ཨ་ཞང་ནམས་ཀྱིས་ཅིས་ཀྱི་ནང་རུ་མེད་
 པའི་སྐར་མའི་རྣམ་བཤད་མང་པོ་ཞིག་བཤད་པར། དཔེར་ན། མགོ་ལག་
 རྒྱལ་གསུམ་མིའི་གཡང་སྐར། བོན་སྤངས་སྟོག་གསུམ་དེ་རྟའི་གཡང་སྐར།
 ཟེར་བ་མི་ལ་སྐར་མ་གང་བཟང་དང་། རྟ་ལ་སྐར་མ་གང་བཟང་སོགས་
 དམངས་ཁྲོད་རུ་བཤད་སྟོལ་མང་པོ་ཡོད་པར་འདྲ། ཟླ་བ་བཞི་པ་ས་ག་ཟླ་བ་
 ལ་དགེ་སྦྱབ་སྤྲིག་སྤང་དགོས་པའི་རྒྱ་མཆན་བོད་རིགས་ནང་ཆོས་ལ་དད་པ་
 བྱེད་མཁན་ཆོ་རང་གིས་བཅོས་པ་ཞིག་རེད། ཁོ་ཆོས་ཟླ་བ་བཞི་པ་དེར་
 སངས་རྒྱས་སྤྱ་འབྲུངས་པ་དང་། སངས་རྒྱས་པ། བྱ་རན་ལས་འདས་པ་
 བཅས་ཀྱི་རུས་ཆོད་ཡིན་པ་གྲན་འཁེལ་བྱས་པ་ཞིག་རེད། བོན་ཀྱང་རྒྱ་གར་
 རང་གི་ལུགས་སྟོལ་ལ་ཟླ་བ་འདི་སངས་རྒྱས་འབྲུངས་འདས་དང་འབྲེལ་བ་
 གང་ཡང་མེད་པ་ནི་ད་ལྟར་རྒྱ་གར་རུ་བཞུགས་པའི་སྤྱ་མ་ནམས་ཀྱིས་ཤེས་
 གསལ་ལྟར་རེད། གལ་སྲིད་སངས་རྒྱས་འབྲུངས་འདས་ཀྱི་ཟླ་བ་དེ་འདི་ཡིན་
 པའི་དབང་རུ་བྱས་ན། དེར་དགེ་སྦྱབ་སྤྲིག་སྤང་བྱ་དགོས་པའི་རྒྱ་མཆན་ཆན་
 རིག་གི་དཔང་རྟགས་ནི་མེད། བན་དང་མི་བན་རང་རང་གིས་སྟོས་ཐག་
 བཅད་པ་ཅིམ་རེད།

རྒྱ་གར་བའི་རང་ལུགས་ལ་ས་ག་ཟླ་བ་འདིར་ལྟས་བྱིན་གྱིས་སྤྱུ་ཐུབ་པའི་
 ལུགས་སྟོལ་ལ་ངོ་རྟོལ་བྱ་བའི་ཆེད་རུ་བརྒྱལ་ཞུགས་ལཱ་ཞེས་པ། སྤྱུ་གྱི་ཏ་
 མས་འོ་མ་འབྲུང་བས་ང་ཆོས་དེ་ལས་སྟོག་སྟེ་འོ་མ་མི་འབྲུང་། ཤ་བཟས་བས་
 ང་ཆོས་དེ་ལས་སྟོག་སྟེ་ཤ་མི་བཟུལ། ཁོས་གོས་སྟོན་པས་ང་ཆོས་གོས་མི་སྟོན་
 པ་གཅེར་བྱར་རྒྱ་བ་སོགས་ལུ་སྟེགས་གཅེར་བྱ་པའི་རུས་ཆེན་ཞིག་ཡིན་འདུག་
 ཅས་དེ་རིང་རྒྱ་གར་ན་བཞུགས་པའི་དགེ་བཤེས་ཆོགས་པའི་སྤྱང་འཕྲིན་ཞིག་
 གི་ནང་རུ་བཤད་ཅིང་ཡོད་པར་མཐོང་བུང་། སྟོན་མ་ངས་ལོ་རྒྱས་དེ་མི་ཤེས།
 འཛིན་སྤངས་མི་འདྲ་བ་ཡོད་རེད། བོད་ལ་ཟླ་བ་བཅུ་གཉིས་ཀྱི་མིང་བཏགས་

སྒངས་མི་འདྲ་བ་ཁ་ཤས་ཡོད་རེད། དཔེར་ན། ཐོད་གསལ་ལ་རྒྱ་སྒར་གྱི་མིང་
 དང་སྒྱུར་བའི་ལྷ་བ་དང་། ལོ་སྒོར་གྱི་མིང་དང་སྒྱུར་བའི་ལྷ་བའི་མིང་སོགས་
 ཡོད། དམངས་ཁྱོད་དུ་དར་བྱབ་ཆེ་ཤོས་དེ་ཞིང་འབྲོག་གི་རག་ཅིས་དེ་རེད།
 དཔེར་ན། ཞིང་འབྲོག་པལ་པ་རྣམས་ཀྱིས་པ་མེས་ནས་བརྒྱད་པའི་དམངས་
 སྒོལ་ལུགས་ལ། ལོ་གསར་པ་དབྱིད་ལྷ་དང་པོ་ཡིན་པ་དང་། དེ་ལ་བྱི་ལྷ་
 ཟེར་། དེ་ནས་རིམ་བཞིན་པག་ལྷ། ཕྱི་ལྷ་སོགས་བཟངས་སྒོལ་ཡོད། འོན་
 ཀྱང་ཅིས་ཀྱི་རིག་གཞུང་དག་ལ་དབྱིད་ར་སྟག་གི་ལྷ་བ། གཉིས་པ་ཡོས་ལྷ་
 སོགས་བཅི་ཡང་དམངས་ཁྱོད་ལ་དར་བྱབ་མི་ཆེ། །



ས་ག་ལྷ་བའི་ཚོགས་འཁོར།

ལྷ་མེད་ཚོགས་གྱི་འཁོར་ལོ་འདི། །
 རོ་རྩེ་ཐེག་པའི་སྒྲིང་བཅུད་ཡིན། །
 གངས་ཅན་བོད་གྱི་པ་ཚོས་ཡིན། །
 རྒྱ་སྒྲོ་བས་བཟུང་བའི་དགེ་བསྐྱེད་ནམས། །
 ཚོས་བཟུང་མོ་འདི་འདྲའི་ཉམས་ལེན་དབེན། །
 དེའི་བྱན་གཡོག་གུར་པའི་བོད་ལྷ་འགར། །
 རྒྱ་སྒྲོ་བ་མའི་དོན་རྒྱ་པ་ཚོས་བསྐྱར། །
 ཨ་ལ་ལ་འདི་འདྲའི་རོ་མཚར་ཆེ། །
 སངས་རྒྱས་ལས་ཀྱང་སྒྲོར་མོ་བྱིན། །
 རང་གཤིས་ལས་ཀྱང་རོ་སྒྲུང་བྱིན། །
 འཁོར་སྒྲོ་བ་འདུས་ན་རྒྱས་ཀྱང་བསྐྱར། །

ཞིས་པའང་རྒྱལ་ཁམས་པ་བྱུང་བསྐྱར་བྱུན་ཚོགས་དེས་ས་ག་ལྷ་བའི་ཚོས་གཅིག་ཉིན་
 སོལ་བྱུང་རྒྱ་ཁྲིས་པའོ། །

ས་ག་ལྷ་བའི་མིང་བསྐྱར་རྒྱུའི་བསམ་འཆར་ལ་ཚོལ་གྲུབ།

2021.5.13

གཅིག འདྲུག་ཟས་ལྷ་བ་ཞེས་མིང་བསྐྱར་ན་གཞོད་པ་ཆེ།

ཐོད་རིག་པ་སྤྱི་བཤད་སྤྱིར་དུ་བཞུགས་པའི་བླ་སྟོན་མཁས་ལ་སྟུན་ཞུ།
 དེ་རིང་དུ་བའི་ནང་དུ་སྤྱི་བ་འདྲ་པོ་ཞིག་གིས་ས་ག་ལྷ་བ་ལ་དཀར་ཟས་ལྷ་བ་
 ཞེས་བསྐྱར་ན་འཇམ་བུ་སྤྱིར་ལ་ཕན་ཐོགས་ཆེན་པོ་ཡོད་པེད་ཅེས་བཤད་
 མཁན་ཞིག་འདུག །སལ་ཆེར་སྐད་ལ་བལྟས་ནས་སྡེ་དགེ་འདོམས་འཕྲོགས་
 གྱི་སྤྱི་ལོག་ཅིག་ཡིན་པར་འདྲ། མིང་བསྐྱར་ནས་ཕན་ཐོགས་ཡོད་ན་བསྐྱར་
 ཆོག་གི་རེད། ཕན་ཐོགས་མེད་པའི་ལས་ཀ་སྤྱིར་པ་ཞིག་བྱེད་བསམ་ན་སྟོན་
 པའི་བསམ་སྒྲོ་རེད། ཐོད་འདྲིར་ཆོས་ལུགས་པའི་བསམ་སྒྲོ་དང་བྱ་སྤྱོད་གཞིས་
 ཀྱི་དེ་ཐོད་ལ་ཕན་པ་མེད་པའི་བྱ་སྤྱོད་ཁོ་ན་རེད། གལ་སྲིད་དེ་ལྟར་ལག་ལེན་
 བྱ་བྱུང་པ་ཞིག་བྱུང་ནའང་ཕན་པ་ལས་གཞོད་པ་ཆེ་དེ། མདོ་དབུས་མཐོ་སྒང་
 ལ་སྡོད་མཁན་གྱི་མི་རྣམས་ཀྱི་ལུས་བྱུངས་ལ་གཞོད་ཅིང་ལུས་བཅུད་གྱིས་མི་
 འདང་བས་ནད་མང་བ་དང་། ཆོ་སྤྱང་བའི་འགལ་སྤྱོད་མང་པོ་ཞིག་གི་རྒྱ་
 སྤྱོད་གཙོ་པོ་ཞིག་ཆགས་ངེས། ཁོས་འཇམ་བུ་སྤྱིར་བེར་བའི་ཆད་གཞི་རི་ལྟར་
 དང་གནས་སྤངས་གང་འདྲ་ཏུ་ཅ་བ་ནས་གོ་མི་འདུག །

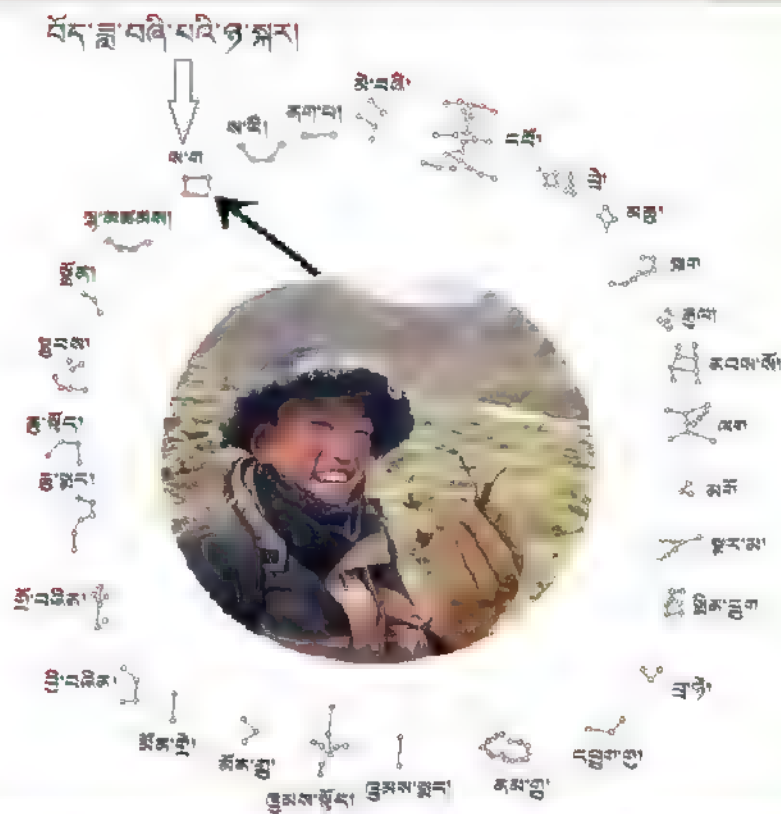
འཇམ་བུ་སྤྱིར་ལ་ད་ལྟར་མི་འཕོར་དུང་སྤྱང་བདུན་ཅུ་ལྟ་ཅིམ་ཡོད་པར་
 གྲགས། དེའི་ནང་དུ་ཤ་རིགས་དང་། ལྷགས་རིགས་སོགས་དང་འབྲེལ་བའི་
 ཆོར་ལས་བྱེད་མཁན་ཏུ་ཅང་མང་པོ་ཡོད་པ་རེད། འཇམ་བུ་སྤྱིར་གི་མི་ཆང་
 མས་ས་ག་ལྷ་བ་ལ་དཀར་ཟས་ཁོ་ནར་སྤྱོད་ཅིང་ཤ་རིགས་སྤངས་ན་ཆོར་ལས་
 མང་པོ་ཞིག་ཏུ་ལོག་སྟེ་ཆོར་རྒྱུ་རྒྱུ་རེས་རེད། འཇམ་བུ་སྤྱིར་གི་མི་རྣམས་
 ལས་དང་དུས་ཤི་ཟ་མཁན་ཁྱི་སྤྱི་ཁ་ཤས་ཅིམ་རེད། འཇམ་བུ་སྤྱིར་གི་
 ཆོས་དད་པ་མང་ཆེ་བ་དེ་ཡི་ཤུ་པ་རེད། དེ་དག་ཤ་ཟ་མཁན་རེད། དེ་ནས་

ཁ་ཆེའི་ཆོས་ལུགས་དེ་དག་ཤ་བ་མཁན་རེད། བླ་པ་ཤུག་འི་ཆོས་ལུགས་པ་
 རྒྱལ་ཤ་བ་མཁན་རེད། འཛམ་གླིང་ན་ཤ་མི་བ་མཁན་དེ་མུ་སྟེགས་གཅིར་
 བུའི་ལུགས་ཀྱི་སྟེན་བྱིན་གྱི་བརྒྱལ་ཞུགས་ཉམས་ལེན་བྱེད་མཁན་དང་། རྟོ་
 བརྒྱད་ནང་ཆོས་པའི་གྲུ་པ་དེ་དག་རེད། གྲུང་གོའི་ནང་དུ་མཆོན་ན་མི་འཁོར་
 དུང་ཕུར་བཅུ་བཞི་སྟེན་ཅམ་ལས་ཤ་མི་བ་མཁན་རྒྱ་དུ་ཤང་རྒྱལ་རེད། དེ་
 བླ་པ་དེར་དུས་དུ་ཤང་རྒྱལ་འབྲང་གི་ཁམས་སྟོགས་ཀྱི་རྟིང་མ་གསར་པའི་གྲུ་
 རྟོ་ཁག་གཅིག་རེད། གཞན་ཡང་རྒྱ་སྒྲ་རྒྱལ་ཀྱི་གསར་ཡུལ་དང་སྟོབ་མ་གཞི་
 མཐུན་ཡིན་པའི་རྒྱ་བོད་གཉིས་ཀྱི་བུད་མེད་ཁག་གཅིག་ཡོད་པ་འདི་དག་
 ཆོང་མ་བསྟོམས་ན་མི་གངས་བྱི་ཆོ་ཁ་ཤས་ཤིག་ཡོད་ཤས་ཆེ། དེས་གནས་
 བྱས་ན་བྱོད་རང་གི་ས་ཡུལ་འདྲི་མདའ་རྫོང་གི་བྱོད་རང་སྟོད་གནས་ཀྱི་བྱོད་
 ཆོ་དེ་ལའང་ས་ག་སྒྲ་བ་ལ་དཀར་བས་བ་མཁན་ཞིག་བསྐྱར་བྱུང་བའི་མ་རེད།
 མི་ལ་ཡོན་ཏན་མེད་ན་གང་དུ་བེད་མོད་པ་ཞིག་རེད། བོད་ལ་སྒྲ་མ་ཡོན་
 ཏན་ཅན་མང་པོ་ཡོད་པ་དེ་དག་གིས་འགྲུབ་རྒྱ་མེད་པའི་གཏམ་འཆལ་འདི་
 འདྲ་གསུང་མི་སྲིད་པ་རེད། བཅ་ཐོགས་ཡོད་ན་མིང་བསྐྱར་མི་དུང་བ་མ་རེད།
 མིག་སྒར་གྲུང་གོའི་བྱོད་སྟེ་བཅུའི་ས་མིང་བསྐྱར་བས་དཔལ་འབྱོར་ཡར་རྒྱས་
 ཆེན་པོ་བྱུང་བའི་སྟོར་དུ་ལ་བསྐྱུགས་བྱེད་བཞིན་པ་རེད། དེ་ལས་ང་རང་ཆོ་
 བོད་དང་འབྲེལ་ཡོད་བྱོད་སྟེ་གཉིས་ཡོད་པར། དང་པོ་དེ་རྩ་པོ་བོད་རིགས་
 རང་སྟོར་ཁུལ་གྱི་ནན་མིང་རྫོང་བེད་བ་དེ། གཟི་ཆ་སྟེ་དགའ་རྫོང་ཞེས་རྫོང་
 མིང་བསྐྱར་པ་དེ་རེད། མིང་དེས་སྟོངས་རྒྱ་སྟོ་འབྲུམ་གྱི་ལས་གཞི་མང་པོ་ས་
 གནས་དེར་དུངས་པས་ས་གནས་ཀྱི་དཔལ་འབྱོར་འཕེལ་རྒྱས་ལ་གྲུབ་འབྲས་
 ལེགས་པ་སྟོབ་ཡོད་ཟེར། གཉིས་པ། ཡུན་ནན་ཞིང་ཆེན་གྱི་རྒྱལ་ཐང་རྫོང་གི་
 མིང་ལ། ཤམ་རྩ་ལའི་རྫོང་ཞེས་བསྐྱར་པ་དེའང་ཡུལ་གྱི་དཔལ་འབྱོར་འཕེལ་
 རྒྱས་ལ་བཅ་ཐོགས་དང་གྲུབ་འབྲས་ལེགས་པོ་བྱུང་ཡོད་ཟེར། བཅ་ཐོགས་
 ཡོད་ན་རྒྱ་བའི་མིང་། ལོའི་མིང་། མིའི་མིང་གང་ཞིག་བསྐྱར་ན་འགྲིག་གི་
 རེད། བཅ་ཐོགས་མེད་པའི་སྒྲ་སྟོན་རྒྱལ་ཀྱི་སྤང་ཆ་ལྟར། ངས་གྲུང་གུ་རེའི་

ཚུལ་དུ་འདིར་གཏམ་འཆལ་ཞིག་བཤད་འདོད་བྱུང་། ས་ག་ཟླ་བ་ལ་དཀར་
 ཟས་ཟླ་བ་ཟེར་ན་པོད་ལ་ཕན་ཐོགས་གང་ཡང་མ་མཐོང་། དེ་ལས་དབྱར་ཚུ་
 དགུན་འབྱུང་ཟླ་བ་ཞེས་མིང་བསྐྱར་ན་ཕན་ཐོགས་ཆེ་བར་མཐོང་། མིག་སྒར་
 ས་ག་ཟླ་བ་ཞེས་པའི་མིང་དེའི་རྒྱུ་པ་ལ་བརྟེན་ནས་འབྲས་བུ་གཉིས་ཡོད་
 པར། དང་པོ་ཞིང་འབྲོག་ཁུལ་གྱི་ཚོས་དང་ཅན་གྱི་སྤྱོད་པོ་ཁག་གཅིག་མགོ་
 བསྐྱར་གཏོང་བའི་རྒྱུ་པ་རེད། གཉིས་པ་སྤྱོད་པོ་ཁག་ཅམས་དང་སྤྱོད་པོ་ཁག་
 པ་ཟེར་བའི་སྤྱོད་པོ་མོ་ཚུ་འབྲས་མི་སྤྱང་མཁན་ཁག་གཅིག་ལ་སྐྱོར་མོ་ཐོབ་
 ཉེ་ཕྱག་པོར་ཆགས་པ་དེ་གཉིས་རེད།

གཉིས། དབྱར་ཚུ་དགུན་འབྱུང་ཟླ་བ་ཞེས་བསྐྱར་ན་ཕན་པ་ཡོད་མིད།

ངས་བལྟས་ན་དབྱར་ཚུ་དགུན་འབྱུང་ཟླ་བ་ཟེར་ན་རྒྱུ་པ་གཞན་ཞིག་ཐོན་
 ས་རེད་སྟམ། དང་པོ་དབྱར་ཚུ་དགུན་འབྱུང་ཟླ་བ་ཆོས་བྱུང་ཟེར་ན་མི་ནམས་
 ལ་འབྱུ་བཞོན་རྒྱུ་ལྷོ་གླིང་གི་བསམ་སྤྱོད་བསྐྱེད་པའི་ཅོང་བར་ཉུ་བུ་ཞིག་ཆགས་
 ཐུབ། གཉིས་པ། ལས་ཀའི་འཆར་གཞིའི་བསམ་སྤྱོད་བསྐྱེད་ཐུབ་པ་ཉེ། དཔེར་
 བ། འབྱུ་བཞོན་རྒྱུ་ལྷོ་ན་དགོས་མཁན་ཡོད་ན་བུ་ལྷོ་ན་འཇལ་བའི་གླིང་གི་
 དང་། ཅ་ལག་ཡོ་བྱུད་ཉེ་དགོས་མཁན་ཡོད་ན་འབྱུ་བཞོན་རྒྱུ་ཅ་ལག་གང་
 དང་གང་ཞིག་ཉེ་བ་སོགས་སེམས་ནང་ལས་ཀའི་འཆར་གཞི་དང་གླིང་གི་
 རྒྱུ་ལྷོ་སྤྱོད་ཡོད་མིད་པ་རེད། དང་པོ་དབྱར་ཚུ་དགུན་འབྱུང་ཟླ་བ་ཞེས་
 པའི་སྤྱོད་པོ་ལ་བརྟེན་ནས་འབྱུ་བཞོན་རྒྱུ་ལས་ཀའི་སྤྱོད་པོ་དེ་ལ་བརྟེན་ནས་
 ལས་ཀ་དངོས་བསྐྱབ་པ། ལས་ཀ་དེས་འབྲས་བུ་དངོས་སུ་ཐོབ་ཐུབ་པ་སོགས་
 གྱི་གོ་རིམ་ཞིག་གཤམ་དུ་པར་རིས་ཤིག་བཞོད་ཡོད། པར་རིས་དང་པོ། དཀའ་
 ངལ་བྱུད་བསད་གྱི་རི་འགོར་འབྱར་བ། འབད་བཙོན་ལ་བརྟེན་ནས་དབྱར་ཚུ་
 དགུན་འབྱུ་ཐོབ་པ། དེ་བཙོན་པས་སྐྱོར་མོ་རག་པ། སྐྱོར་མོ་ཡོད་པའི་འབྲས་
 བུ་བདེ་སྤྱོད་རེད། ཉེ་ཟས་དང་། རྒྱུ་པོས། འཚོ་བའི་ཉེ་སྤྱད་སོགས་སྐྱོར་མོ་
 ལས་བྱུང་བ་ཡོད་པ་མ་ཟད། མཁས་པའི་གོ་འཕང་རྟེན་བྱེད་གྱི་སྤྱོད་གསའི་
 འགོ་སོང་མཐུན་ཆེན་ཡང་སྐྱོར་མོ་ཡོད་ན། །



དུས་མུ་དུས་འུའི་ལྷ་པ། (མུ་ལྷ་པ།)

॥ श्री गुरुभ्यो नमः ॥ श्री गुरुभ्यो नमः ॥ श्री गुरुभ्यो नमः ॥
 श्री गुरुभ्यो नमः ॥ श्री गुरुभ्यो नमः ॥ श्री गुरुभ्यो नमः ॥
 ॥ श्री गुरुभ्यो नमः ॥ श्री गुरुभ्यो नमः ॥ श्री गुरुभ्यो नमः ॥
 श्री गुरुभ्यो नमः ॥ श्री गुरुभ्यो नमः ॥ श्री गुरुभ्यो नमः ॥



བླ་རྒྱལ་གྱིས་ཆོས་རྒྱལ་བཤད་པ་ལ་དགག་པ།

2021.6.7

བོད་ཀྱི་གཞིན་ཁུ་རྒྱལ་སྤྱི་མཐུན་ལམ་བཀག་པའི་གཏམ་རན་འདི་ལ་དོ་
 རྟོག་ཡོད། ཁ་སང་འདིར་བྲག་གཡལ་ནས་བླ་མ་ཞིག་གིས་བརྟན་ཐུང་ཞིག་
 བཏང་ཞིང་དེའི་ནང་མི་དམངས་ལ་ཆོས་ལུགས་ཀྱི་ཚོང་ས་དང་དྲིལ་བསྐྱགས་
 གྱུ་བའི་བརྗོད་དོན། དམིགས་བཅེ་མ་འབྲམ་གཅིག་འདོན་ན། སློབ་གྲྭ་
 རྒྱགས་མ་འཕྲོད་པ་རྒྱལ་སྤྱི་རྒྱགས་འཕྲོད་ཐུབ། ལས་ཀ་མ་རག་པ་རྒྱལ་སྤྱི་
 ལས་ཀ་རག་ཐུབ། མི་རྒྱལ་སྤྱི་བས་ཆེན་པོར་ཆགས། གཟུགས་མཛེས་པོར་
 ཆགས་ཐུབ། ཅེས་པ་ལ་སོགས་པའི་ཆོན་རིག་དང་འགལ་བ། གནས་ལུགས་
 དང་འགལ་བ། བདེན་དོན་དང་འགལ་བ། ཏང་གི་སྲིད་ཁྲིམ་དང་འགལ་བའི་
 རྒྱལ་གྱིས་འཁོར་ལོ་བསྐྱར་བ་འདི་ལ་བྱོད་རྒྱལ་སྤྱི་མཐུན་ལམ་ཆེས། ཆོས་ལུགས་ལ་
 བརྟན་ནས་གཞིན་ཁུ་རྒྱལ་སྤྱི་དུས་ཚོད་ཚུད་ཆོས་དང་། སློབ་སྦྱོང་གི་སྤྱི་
 རྒྱལ་འཛུལ་ཐབས་ཀྱི་གཏམ་འཆལ་འདི་ནི་མིག་སྔར་ཏྲག་དབྱིབས་ནད་
 ཏུག་ལས་བོད་རིགས་གཞིན་ཁུ་རྒྱལ་སྤྱི་མཐུན་ལམ་གོད་ཆབས་ཆེ་བ་ཞིག་ཏུ་སྤང་
 བས་ཆང་མས་གད་སྤྱོད་ལྟར་དོར་འོས། གལ་སྲིད་ཆོས་ལུགས་ལ་དེ་ལྟ་བུའི་
 རྒྱལ་སྤྱི་ཞིག་ཡོད་ན། བླ་མ་འདི་དག་རྒྱ་རིགས་སྤྱི་བདག་བཅའ་བའི་ཆེད་
 ཏུ། རྒྱལ་བཤད། མགོ་གཡོག་པ་སོགས་དཀའ་ལས་ཆེན་པོ་འདི་འདྲ་དགོས་
 དོན་མི་འདུག །ཁོ་རང་ཆོ་དམིགས་བཅེ་མ་འདོན་ནས་ཕྱག་པོ་དང་། མཁས་
 པ། དཔོན་པོ་སོགས་མི་བྱེད་པའི་རྒྱ་མཆོན་གང་། བླ་མ་རྒྱལ་སྤྱི་སྤྱོད་སྤྱོད་
 སོའི་སྲིད་གོས་ནད་ཏུ་མིང་དང་། རྒྱལ་སྤྱོད་ཅིག་གི་དོན་ཏུ་མི་ལ་འབེལ་བ།
 རྒྱ་རྒྱུ་ལྱིས་འགོ་སོང་མང་པོ་བྱ་རྒྱ་དེ་དགོས་དོན་མི་འདུག །དེས་ན་གཞིན་
 ཁུ་རྒྱལ་སྤྱི་མཐུན་ལམ་གོ་གཡོག་ཅིང་དད་པ་དང་། སྤྱོད་པོ་གཡོ་ལེན་བྱ་བའི་ཆེད་ཏུ་

སྤྱོད་ངན་འདི་འདྲ་བྱེད་པའི་སློ་ལོག་ནམས་ཀྱི་རྩུན་ཀྱི་གདོང་ལྷགས་བཤུ་
དགོས། །

ཅུ་ལྷ་ཡུལ་གྱི་ཐབས་ཀྱི་སྤྱོད་ཀྱི་ཐབས་ཀྱི་

མེ་འགོག རྒྱན་འགོག རླེ་མའི་རྩུན་འགོག་གཟུང་དགོས།

大家注意

防火、防盗、防喇嘛的谎言。

ATTENTION

Fire prevention, Theft prevention and Lama's lies.

ཅུས་ཀྱང་ལྷོ་བལ་སྤྱི་པ་ལོ་ལོ་ལོ།

2021.6.10

给达瓦泽仁局长的公开信

尊敬的达瓦局长你好！收到了你的指示并认真阅后
有几点感想，现予以回复。宗教文化是一种民间习俗
文化，它对接受教育程度不高的人群起到精神安慰的
作用，这就是宗教文化存在的价值。纵观藏族宗教历
史，出现过很多一些不良喇嘛为了利益而宣传封建迷
信，欺骗百姓的钱财、以及政教合一时期，统治阶级
利用群众的宗教信仰而挑起内战，影响了国家安全和
民族团结。这些历史事实局长同志想必耳熟能详。
习近平总书记在全国宗教工作会议上强调，“做好宗
教工作，必须坚持党的宗教工作基本方针，要全面贯
彻党的宗教信仰自由政策，依法管理宗教事务，坚持
独立自主自办原则，积极引导宗教与社会主义社会相
适应。” 在这一指导思想下，我国宗教管理工作成绩
斐然，尤其是西藏对寺庙的管理方面取得了前所未有
的成效。当然，我国面积大、人口多，各个地方宗教
管理办法都不尽相同，难以完全复制、对照。但就
四川康巴地区极少数地方的宗教管理工作我认为很不
理想，甚至出现乱象：第一、寺庙本身有着严密
的管理条例，僧人们在规定的时间内才允许出门，而

一些康巴喇嘛一年四季都在成都漂流；第二、寺庙是社会基层服务机构，喇嘛要无私的对需求者进行精神层面的引导、开导和帮助，而康巴地区的一些喇嘛与地方政府争夺话语权，私定规矩来约束和干扰群众的正常生活，限制牧民经商、不准农牧民食肉，进行体罚等，还扬言，不听话者不给家里念经等。这是谁给他们的权力？他们越权、犯法了，宗教局对这些事的发生能坐视不管可以吗？第三、通过媒体、自媒体，人们经常在网上传播喇嘛偷东西、嫖娼、骗钱、骗色、杀人犯罪等行为，而且多数是康巴地区的喇嘛，这应该是宗教管理上的问题吧？

我是一名人民教师，不会不冤枉或批评爱国、爱教，遵纪守法的好喇嘛，现在不，将来也不会，我会始终保持对弘扬佛法的好喇嘛表示敬重和佩服，对他们的善举向来点赞！

关于局长说我：“扰乱宗教管理秩序，破坏和谐稳定的政教关系”。这个帽子太大、太重，我承受不起。我所批评是那些违背佛法、宣传迷信、骗财骗色的不良喇嘛，目的是唤醒民众，不要迷信，不要上当、要维护自己的合法权益，正如公安部门提醒人民要防火、防盗、防诈骗一样！这难道有错吗？你还说我：“整天习惯于污蔑宗教人士，过分夸张宗教人士不良言论，恶意挑拨藏传佛教内部教派与教派之间的关系”。我在朋友圈发的微信都是有图、有文、有真

相，是一些群众希望我把这些人的不良行为曝光，提醒人民不要上当以及维护宗教的尊严。我没有任何拍过照片，也没有录过视频，都是群众录制发到网上的。对这些违背道德的行为，我只是发表了一些看法而已，根本没有想到这恰恰碰到你的痛处啊！你作为一名共产党员，应该有坚定正确的政治方向，艰苦朴素的工作作风，不应该那么无知和盲从，谁是谁非你应该有正确的判断啊。目前少数干部被不良喇嘛哄骗、行贿，他们虽然是共产党员，但立场不坚定，不坚持原则，两面讨好；还有些民族干部宗教迷信思想严重，或许是利益关系成为了不良喇嘛的保护伞。习近平指出，“共产党员要做坚定的马克思主义无神论者，严守党章规定，坚定理想信念，牢记党的宗旨，绝不能在宗教中寻找自己的价值和信念。要加强对青少年的科学世界观宣传教育，引导他们相信科学、学习科学、传播科学，树立正确的世界观、人生观、价值观”。

局长同志我真诚的希望你们领导干部要对党忠诚，积极引导宗教与社会主义社会相适应。教导宗教人士做好本分，要利国、利民，使社会主义社会和谐发展，而不要熟视无睹和放纵喇嘛的不良行为，不要为了金钱丧失意志，更不能放弃监管而助长邪气。这是我们群众对领导干部的要求和希望。

ཐོན་ཀྱི་མདོས་ཚོག་ནི་གནའ་པོའི་ཐོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་
ཀྱི་རྒྱ་རིང་ཞིག་ཡིན།

2021.7.22

ཐོན་ཀྱི་མདོས་ཚོག་ནི་གནའ་པོའི་ཐོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་བདེན་དཔང་གི་དོ་རིང་ཞིག་ཡིན་ཟེར་བའི་དེ་རུ་ཐོན་ཀྱི་ཡིག་ཚང་རྒྱུ་པ་ཚང་མ་བདེན་དཔང་ཡིན་ཟེར་བའི་དོན་མིན། དེ་ལྟར་ཡིན་ན་ང་ཚོས་ལོ་རྒྱུས་ལ་ཞིབ་འཇུག་བྱ་དགོས་དོན་ཡོད་མ་རེད། ལོ་རྒྱུས་ཞིབ་འཇུག་སྐབས་སུ་ཡིག་ཚང་རྒྱུ་པ་དཔེ་ཆ་གཅིག་གི་ནང་དུ་རང་གི་ཞིབ་འཇུག་ལ་ཕན་པའི་བདེན་དོན་ཤོག་ངོས་གཅིག་ཅུ་ཡོད་ན་ཏེ་ལས་དགོས་པའི་བདེན་དཔང་ཆེན་པོ་ཞིག་སྐོབ་ཐོབ་པ་རེད། གལ་སྲིད་ཡིག་སྤྱིར་ཁ་ཤས་དང་། ཚོག་གཅིག་ཅུ་རྒྱུ་པ་ནུའང་དེ་ནི་ཞིབ་འཇུག་གི་ལས་ཀ་བདེན་དཔང་ཆེན་པོ་ཞིག་རེད། དེར་དུས་འཛམ་གྱི་སྤྱིར་གི་མི་རིགས་སོ་སོའི་རང་རང་གི་ལོ་རྒྱུས་དེ་དག་གནའ་པོའི་ཡིག་རྒྱུ་པ་དང་། གནའ་ལྷན་བཅས་ལ་ཞིབ་འཇུག་བྱས་པའི་འབྲས་བུ། འཛམ་གྱིར་སྤྱོད་མོང་གི་ལྟ་ཚུལ་དང་མཐུན་པའི་ལོ་རྒྱུས་ཡིག་ཆ་ཞིག་ཀྱང་སྤྱོད་པ་བྱུང་བ་རེད། ང་ཚོ་ཐོད་ལ་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་རྒྱ་ཆ་མེད་པ་མ་རེད། ཡིག་ཚང་མང་པོ་ཡོད་ཀྱང་དེ་དབྱེད་གཞི་མ་བྱས་པར། རང་འདོད་ལྟར་དུ་རང་གི་གང་དུན་བཤད་མཁན་ནམས་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་བདེན་དོན་དངོས་བསྐྱེབས་པ་རེད། དབྱེད་གཞི་མེད་བཞིན་དུ་རང་གི་གང་དུན་བཤད་པ་ནམས་ནི་ལྟ་སྐྱུང་རེད། དཔེར་ན། འདས་ལོག་དང་། སྤྱིར་སྐྱུང་། ལ་ཁུ་ལྟོན་པའི་སྐྱུང་། གཡུ་ཐོག་རྒྱུ་པ་མའི་སྐྱུང་ཟེར་བ་ལྟ་བུ་དེ་དག་རེད། ང་ཚོ་ལ་བན་བོན་གཉིས་ཀྱི་ཡིག་ཚང་རྒྱུ་པ་དང་། གནའ་རྒྱས་རྒྱུ་པ། གནའ་ལྷན་རྒྱུ་པ་སོགས་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་རྒྱ་ཆ་ཏེ་ཅང་ཆེད་ལྟ་ཚུལ་མཐུན་མང་པོ་ཡོད་ཀྱང་། ང་ཚོས་འཛམ་གྱིར་སྤྱོད་ལུགས་ལྟར་ཞིབ་འཇུག་བྱེད་མ་ཤེས་ནས་ད་བར་ལུས་ཡོད། འོན་ཀྱང་སྤྱི་རྒྱལ་བ་ཐོད་རིག་

པ་ཞིབ་འཇུག་བྱེད་མཁན་དེ་དག་གིས་ཤུགས་སྒྲིལ་བཞེན་ནས་ཀྱང་གོའི་
ནང་དུ་བོད་ཀྱི་ཤེས་རིག་ཞིབ་འཇུག་བྱ་བའི་ལས་ཀ་དང་། ཞིབ་འཇུག་བྱེད་
སྤངས་ནམས་རིམ་བཞིན་འབེལ་སྒྲུས་བྱུང་ཡོད།

གནའ་བོའི་དུས་སུ་བོད་བཅན་པོ་སྐབས་སུ་བོད་ཀྱི་སློན་ཆེན་ཁག་གཅིག་རྒྱ་
གར་གྱི་ཆོས་ལུགས་ལ་དད་ཞེན་བྱུང་སྐབས་ཆོས་ལུགས་དེ་བོད་དུ་དར་ནས།
ས་གནས་རང་གི་ཆོས་ལུགས་པོན་པོའི་རིག་གཞུང་ལ་མགོ་བརྒྱུང་ཐེབས་པ་
རེད། བོད་སིལ་བྱུང་འཁོར་བའི་རྗེས་སུ་ཨྱི་ལོའི་དུས་རབས་བཅུ་གཉིས་དང་།
བཅུ་གསུམ་པའི་ནང་དུ། རྒྱ་གར་དང་རིག་གནས་ཀྱི་སློན་ནས་འབེལ་བ་དམ་
ཟབ་ཅིག་ཆགས་ཏེ། རྒྱ་གར་ལུགས་ཀྱི་ནང་ཆོས་ལ་དད་པ་བྱེད་མཁན་མང་
པོ་བྱུང་བའི་སྐབས་ཀྱིས་ཁོ་ཆོས་སྤར་བོད་ཀྱི་རིག་གཞུང་དང་། རྒྱབས་ཆེ་བའི་
ལོ་རྒྱུས་ཐམས་ཅད་བསུབ་རྒྱུང་བྱས་ཏེ་ནང་ཆོས་ཀྱི་སྤྱ་སྒྱུང་དང་འབེལ་བའི་
ལོ་རྒྱུས་མང་པོ་རྒྱན་མ་བཟོས་ཏེ་བོད་འབངས་མི་དམངས་ནམས་མགོ་གཡོག་
གི་འོག་དུ་ལྷུང་པ་རེད། དཔེར་ན། བོད་བཅན་པོའི་སྐབས་སུ་བཅན་པོའི་
དམག་གིས་སྒྲིགས་བཞིར་རྒྱ་བསྐྱེད། ཐང་བོད་བར་ལ་འབྱི་རྒྱ་དང་། ཡང་པི་
གཙང་པོ་ནམས་ལ་ལུགས་ཟམ་བཅུགས་ཏེ་ཐང་གི་དམག་དཔུང་གཏོར་བ་
དང་། རྒྱ་གར་རྒྱལ་པོ་ཡུལ་ན་འཛིན་བཟུང་བྱས་ཤིང་རྒྱ་པོ་གསུམ་འགྲུལ་དུ་
ལུགས་ཀྱི་ཀ་བ་བཅུགས་པ། ཁྲོམ་དང་ལི་ཡུལ། དུང་ཏོང་སོགས་བོད་ཡུལ་
བྱང་སྒྲིགས་སུ་གནས་པའི་རྒྱལ་སྐན་དེ་དག་ལོ་བརྒྱ་ལྷག་ཙམ་ལ་དབང་བསྐྱར་
བྱས་པ་ལ་སོགས་པའི་རྒྱབས་ཆེན་མཛད་རྗེས་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་དེ་དག་ཆང་མ་མེད་
པར་བྱས་ཟིན་པ་ནི་བོན་པོའི་མཛད་རྗེས་བསུབ་རྒྱུང་བྱ་བའི་ཆེད་དུ་ཡིན་པ་
སློམ་མ་དགོས་པ་ཞིག་རེད། ད་སྐབས་རྒྱ་ཡིག་གི་ལོ་རྒྱུས་ཡིག་ཆང་རྙིང་པའི་
ནང་དུ་སྐབས་དེར་བྱ་སྟོ་བཅན་པོས་དབང་བསྐྱར་བྱས་པའི་ཡུལ་གྱུ་ལ་སྤྱི་ལེ་
གྱུ་བཞི་མ་ས་ཡ་ལྷ་ལྷག་ཙམ་ཡོད་པའི་སྐོར་དང་། ས་ཁྲ་བཅས་ཆ་ཆང་ཡོད་
ཀྱང་། བོད་ཡིག་ནང་ལ་ཆོག་གི་བྱུར་ཙམ་ཡང་མེད་པ་བྱས་པ་ནི་ཆོས་ལུགས་
གྱུ་མཐའི་ཆགས་སྤང་གིས་བོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་ནག་བསུབ་བྱས་པའི་ཤུལ་རྗེས་ཤིག་

རེད། བོན་གྱི་ཡིག་ཚང་རྟིང་པ་ཁག་གཅིག་བོན་པོ་ལ་དང་པ་བྱེད་མཁན་
 ཚོས་ཉར་ཚགས་བྱ་བྱུང་ཡོད་ཀྱང་། བོན་ཚོས་པ་རྒྱལ་ས་ཀྱིས་དེ་ལ་རིན་ཐང་
 མེད་པ་བྱ་བའི་ཆེད་དུ། བོན་ཚོས་དང་བོན་གྱི་ཡིག་ཚང་རྟིང་པ་ནི་རྩུབ་མ་
 ཡིན་པ་དང་། རྒྱ་གར་གྱི་ཚོས་དང་རིག་གཞུང་ལ་དཔེ་བཞུས་པ་ཡིན་པའི་
 རྟོག་དྲིལ་བསྐྱགས་བྱེད་དུག་པའི་དབང་གིས་དེར་དུས་དེ་ལ་ཡིད་ཆེས་བྱེད་
 མཁན་ཉ་ལམ་མེད་པར་བྱེད་བྱུང་ཡོད་ཀྱང་། དུས་རབས་ཉེར་གཅིག་པ་ཚན་
 རིག་གི་དུས་རབས་འདི་ལ། རྩལ་སྤྱོད་པའི་མཁན་པ་རྒྱལ་ས་ཀྱིས་བོད་
 དང་བོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་ལ་ཞིབ་འཇུག་བྱས་ཏེ་ལོ་རྒྱུས་དངོས་གཙུག་སྤྱི་བའི་ལྟ་བུའི་
 ཐོག་ནས་བོན་གྱི་ཡིག་ཚང་དེ་དག་གི་རིན་ཐང་མཐོང་བས་ཁོ་ཚོས་དོ་སྤྲོད་
 བྱས། དེ་ལ་བརྟེན་ནས་ཀྱང་གོ་ནང་གི་བོད་རིག་པ་ཞིབ་འཇུག་བྱེད་མཁན་
 དག་གིས་ཀྱང་རིམ་བཞིན་དོ་སྤྲོད་བྱུང་བས། དེར་དུས་བོན་གྱི་ཡིག་ཚང་གི་
 རིན་ཐང་མཐོང་མཁན་ཞིབ་འཇུག་པའི་ནང་ནས་ཇེ་མང་འགོ་བཞིན་པ་རེད།
 དས་བོན་གྱི་ཡིག་ཚང་དེ་དག་ཆ་ཚང་མ་དེ་ལོ་རྒྱུས་བདེན་དཔང་ཚོག་པ་
 ཞིག་རེད་ཟེར་བཞིན་མེད། དེ་ཡིན་ན་ང་ཚོས་ཞིབ་འཇུག་བྱ་དགོས་དོན་ཡོད་
 མ་རེད། གོང་ཁྱེད་ལྟར་ཡིག་ཚང་གཅིག་གི་ནང་དུ་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་དོན་དངོས་དང་
 འབྲེལ་བའི་ཚོག་གཅིག་ཙམ་ཞིག་རྟེན་ན། དེས་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་དོན་རྒྱུ་ཆེན་པོ་
 ཞིག་ཐག་ཚད་ཆར་པ་རེད། བདེན་དཔང་དེ་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་ཡིག་ཚང་ཡིན་མིན་
 བྱུང་པར་མེད། གཏོ་མདོས་སོགས་དམངས་སྤྱོད་རིག་གནས་དང་འབྲེལ་བའི་
 ཡིག་ཚང་དེ་དག་ལས། གནའ་བོའི་རིག་གནས་དང་། དུས་རབས་སོགས་དོན་
 ཆེན་མང་པོ་ཞིག་རྟེན་བྱུང་སྟེད། ང་རང་གིས་བོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་ཞིབ་འཇུག་གི་
 གོ་རིམ་ནང་དུ་བོན་གྱི་ཡིག་ཚང་རྟིང་པ། ལྷག་པར་དུ་གཏོ་མདོས་ཀྱི་ཡིག་
 ཚང་དེ་དག་གིས་ཕན་ཐོགས་ཉ་ཅང་ཆེན་པོ་བྱུང་སྟེད། ཡིག་ཚང་དང་པོ།
 བོན་གྱི་སྤྱི་འབྲུམ་དཀར་ནག་ཁྲ་གསུམ། དེ་ལོ་རྒྱུས་དཔེ་ཆ་མ་རེད། བོད་
 རིགས་རྒྱལ་ས་ཀྱིས་ཕ་མེས་ཀྱི་བརྒྱུད་སྤྱོད་ལྟར་སྤྱི་དང་ས་བདག་གི་གནོད་པ་
 བསྐྱོག་པའི་ཆེད་དུ་ཨ་མ་ཚོད་འདོན་བྱ་ཞིག་རེད། བན་དེ་ཚོས་ཀྱང་འདོན་

ཞིང་ཡོད་ལ་ཐོན་པོ་ཚོས་ཀྱང་འདྲོན་ཞིང་ཡོད་རེད། སྤང་སྤེད་གཞི་སྤང་ཁང་
ནང་དུ་ཐོན་པོའི་དཔེ་ཆ་ལས་སྤྱ་འབྲུམ་དཀར་ནག་ཁྲ་གསུམ་མ་གཏོགས་སྤང་
ཤིང་གཅིག་ཀྱང་ཡོད་མ་རེད། སྤྱ་འབྲུམ་དཀར་ནག་ཁྲ་གསུམ་གྱི་མཚུག་བྱང་
དུ་སྟོན་པ་གཤེན་རབ་ཀྱིས་གསུང་ཡིན་ཞེས་བྲིས་འདུག །སྤེད་གཞི་ཚོས་རྒྱལ་
བསྐྱེད་པ་ཚེ་རིང་གི་སྤྱས་ཀྱན་དཀར་ཕྱིན་ལས་རྒྱ་མཚོ་ཁྲ་བ་དེས་ཤིང་སྤང་
བཞོས་པ་རེད། ཨྱིལ་༡༧༤༠ལོའི་རྗེས་སུ་སྤང་བཞོས་པ་རེད། དེ་ལ་ཁྲ་ཆེན་
ཚུལ་ཁྲིམས་རིན་ཆེན་གྱིས་སྤང་བྱང་སྟོན་ཚོག་བྲིས་ཡོད་རེད། ཁོང་ཚོས་སྤྱ་
འབྲུམ་དཀར་ནག་ཁྲ་གསུམ་སྟོན་པ་གཤེན་རབ་ཀྱི་གསུང་ཡིན་པ་ཁས་སྤངས་
འདུག །དེ་ལྟར་ན་ནང་ཚོས་པ་ཚོ་ལ་རང་ཚོག་སྤྱ་སྤྱི་འགལ་བ་ཡོད་པ་རེད།
སྤྱ་མི་སམ་རྩོུ་འའི་གོང་ལ་ཐོད་ཡིག་མེད་ན་སྟོན་པ་གཤེན་རབ་ནས་སམ་རྩོུ་
འའི་བར་དུ་ལོ་ངོ་སྟོང་ཉིས་ལྷག་རིང་ལ་སྤྱ་འབྲུམ་པོ་ཏི་ཆེན་པོ་དེ་དག་ཐོག་
ནས་ངེ་ལྟར་བརྒྱད། སྤྱ་གང་ཞིག་གིས་སྤྱ་ལ་བརྒྱད་པ་བཤད་ཐབས་མེད་པ་
ཞིག་ཆགས་ཆར་པ་རེད། དེས་ན་སྤྱ་འབྲུམ་དཀར་ནག་ཁྲ་གསུམ་དེ་སྤྱ་མི་
སམ་རྩོུ་འའི་གོང་དུ་ཐོད་ལ་ཡི་གེ་ཡོད་པའི་བདེན་དཔང་ཚོ་རིང་ལྟ་སྤྱི་ཞིག་
རང་ཤུགས་ཀྱི་ཆགས་ཆར་པ་རེད།

གཉིས་པ། ཨྱིལ་སྤྱོད་རྒྱལ་གཞུང་ལུན་སེལ་སྟོན་མེ། ཟེར་བ་དེ་ཐོན་ལུགས་
ཚོ་ག་ཞིག་རེད། ལོ་རྒྱུས་དང་འབྲེལ་བ་མེད་པའི་ཡིག་ཆར་ཞིག་རེད། འོན་
ཀྱང་ཉེ་སྟོན་ཐོད་སྤྱོད་མངའ་རིས་ས་ཁུལ་དུ་ཀྱ་ཏུ་རྒྱལ་མོ་ཟེར་བའི་ས་ཁུལ་
དེར་གནའ་དུར་རྟིང་པ་ཞིག་ཐོན་ཞིང་དེའི་ནང་གི་དུར་རྩས་ནང་དུ་གསེར་
གྱི་ཞལ་ཞིག་རྟེན་པ་རེད། དེ་ཨེ་ལྷི་ཕུ་མི་དང་། ལྷི་རིག་གི་ས་འོག་ནས་ཐོན་
པའི་གསེར་འབག་རྟིང་པ་ལོ་སྟོང་ཕྲག་ལྷ་དུག་ཅམ་རེད་ཟེར་བ་དེ་དག་དང་
གཅིག་པར་སྤང་། རྒྱའི་གནའ་རྩས་རྟོག་ཞིབ་པ་དེ་དག་གིས་ཀྱ་ཏུ་རྒྱལ་མོའི་
གསེར་ཞལ་དེའང་། ལོ་ངོ་སྟོང་ཕྲག་གསུམ་བཞི་ཅམ་ཡོད་པ་རེད་ཟེར་ནས་
གཏན་འབེབ་བྱས་འདུག ཀྱང་ཁོ་ཚོས་དེ་ལ་ལྷི་རིག་གི་རིག་གནས་ཐོགས་དང་
འབྲེལ་ནས་ཞིབ་འཇུག་བྱས་པ་ཅམ་ལས་དོན་རྟིང་དངོས་གང་ཡིན་ཤེས་

རྟོགས་བྱུང་མེད། འཛམ་བུ་སྤྱིར་གི་གནའ་ཤུལ་ལས་ཐོན་པའི་གནའ་རྒྱུ་
ཐམས་ཅད་མི་རིགས་དེའི་ཡུལ་སྤོལ་རིག་གནས་དང་འབྲེལ་ཁོང་། དེ་དག་གི་
དབྱིབས་བྱུང་སོགས་ལ་དབྱུང་ནས་དགོས་པ་གང་ཡིན་རྗེས་དཔག་བྱེད་སྤོལ་
ཡོད་པ་རེད། འོན་ཀྱང་ཐོན་གྱི་སྤྱུབ་གཞུང་མུན་སེལ་སྒྲོན་མེའི་ནང་དུ་གསེར་
ཞལ་དེའི་དགོས་པ་གང་ཡིན་གསལ་པོ་འབྲེལ་བཤད་ཡོད་པ་རེད། ཐོན་ཚོག་
ལས། མི་འཆི་བའི་ཡུང་པོའི་ཐོག་དུ་དུར་རྒྱས་རྟེན་ལྷ་བཞག་ན་གཤེན་པོའི་
རྣམ་ཤེས་དང་། གཤེན་ཚོག་པ་སྤྱ་མའི་བར་ལ་འབྲེལ་རྟེ་སྤྱ་མས་གང་སྤྱུས་
རྣམ་ཤེས་ཀྱིས་ཐོས་ཤིང་། གཤེན་གསོན་བར་ལ་གོ་བར་འཕྲོད་བྱེད་ཀྱི་རྒྱས་
ཡིན་པར་བཤད། གོ་བདེ་བར་ཞིག་བཤད་ན། རྟེན་ལྷ་ནི་གཤེན་པོ་དང་
གསོན་པའི་བར་ལ་བརྟེན་བྱེད་ཀྱི་ཁ་པར་གྱི་བརྟེན་ཉགས་ལྷ་བྱ་ཞིག་རེད།
རྟེན་ལྷ་གང་ཞེ་ན། ཐོན་ཚོག་ལས། གསེར་ཞལ་སེར་པོ་སྤྱ་ཡི་རྟེན། །མཚན་
བྱང་སྤྱ་པོ་གསུང་གི་རྟེན། །ན་བཟའ་དྲི་མེད་ལུས་ཀྱི་རྟེན། །སྤྱུག་མོད་ཚོགས་
གསུམ་སྤྱི་གི་རྟེན། །གསལ་བའི་མེ་ལོང་ཡིད་ཀྱི་རྟེན། །རྟེན་ལྷ་རྟེན་ལ་རྟེན་
ཚོས་ལ། །དར་ཅམ་ཐོན་ལ་ཉན་པར་གྱིས། །ཞེས་རྟེན་ལྷ་གང་ཡིན་དང་དེ་
དག་རེ་རེའི་བྱེད་ལས་སོགས་གསལ་པོར་བྲིས་ཡོད་པ་ཞིག་རེད། དེས་ན་ཐོད་
ཀྱིས་འོག་ནས་རྟེན་པའི་གནའ་རྒྱུ་རྟེན་པ་ཕལ་ཆེའི་འབྲེལ་བཤད་དེ་ད་ལྟ་
བེད་སྤྱོད་བྱེད་བཞིན་པའི་ཐོན་གྱི་དུར་ཚོག་དང་། གཏོ་མདོས་སོགས་ཀྱི་ཡིག་
ཚང་ནང་དུ་བྲིས་ཡོད་པ་ཞིག་རེད། ཐོན་གྱི་ཡིག་ཚང་རྟེན་པ་དེ་ལྟ་རྒྱས་ཀྱི་
བདེན་དཔང་གི་རྟོ་རིང་ཡིན་པའི་རྒྱ་མཚན་གཉིས་པ་དེ་རེད། །

གསུམ་པ། སྤྱིད་པ་སྤྱི་མདོས། ཞེས་པའི་དཔེ་ཆ་འདི་ནི་ལྟ་རྒྱས་ཡིག་ཚང་
དང་འབྲེལ་བ་གང་ཡང་མེད་པའི་དམངས་ཁྲོད་ཀྱི་ཚོ་ག་ཞིག་རེད། འདིའི་
མཛད་བྱང་ལ་བརྟག་ན། འདི་ནི་སྤྱིར་བཙན་གོང་གི་ཡིག་ཆ་ཞིག་ཡིན་པ་
གསལ་པོར་རེད། དཔེ་ཆ་དེའི་ནང་དུ་ཐོན་གྱི་སྒྲོན་པ་གཤེན་རབ་ལ་སྤྱ་བསྟོད་
དང་གསོལ་འདེབས་སྐབས་སུ། ཁོང་གི་འབྲུངས་ཡུལ་ཞང་ཞུང་འོལ་མོ་ཡུང་
རིང་། གངས་རྟི་སེའི་ཞོལ། མཚོ་མ་ཕམ་པའི་འགམ་ལ་ཡིན་པ་དང་། གཤེན་

རབ་གྱི་ནམ་པ་རི་ལྟར་ཡོད་པ། གཤེན་རབ་མྱི་པོ་ཆེ། སྤང་རྩལ་རྩལ་ལྟར་
འཛུམ་དང་མེ་རེ་རེ། སྤང་སྤང་རི་ལས་བརྒྱུད། ལུ་མིང་རལ་པ་ནི། ལུ་འོད་བྱུགས་
སེ་བྱུགས། སྤང་ལ་ཅི་གསེལ་ན། ཆོད་ལུལ་ལྟམས་སེ་ལྟམ། ཞེས་སོགས་གསལ་
པོར་བྲིས་སྤང་། དེར་རུས་སྤོན་པ་གཤེན་རབ་ཤུག་ལུབ་པ་འདྲ་པོ་ཞིག་བྲིས་
ཡོད་པ་འདི་ནི་མྱིས་གྱི་པོན་པོ་ཆོས་བཟོ་བཅོས་བྱས་པ་ཞིག་ཡིན་པ་གསལ་པོ་
རེད། དེ་ནི་སྤོན་པ་གཤེན་རབ་གྱི་འབྲུངས་ཡུལ་དང་། ནམ་པ་གང་ཡོད་
སྤོན་པའི་བདེན་དཔང་གི་རྩི་རིང་ཞིག་རེད། །

བཞི་པ། ཆངས་པ་སྤྱི་ཡོ་བཅོས། འདི་ནི་སོ་བྲང་པོ་རྒྱ་ལའི་དཔེ་མཛོད་
ནང་རྩལ་ཆོགས་བྱས་པའི་པོན་གྱི་དཔེ་རྟིང་། སྤེ་སྤྱིང་སངས་རྒྱས་རྒྱ་མཆོས་
ཅིས་གཞུང་བེད་གར་ཚོམ་བསྐྱིགས་གནང་པའི་སྐབས་གྱི་དབྱུང་གཞིའི་ཡིག་
ཆ་ཡིན་པར་གསལ་པ་ཤུ་ལྟེ་སྤུམ་རུ་ཅམ་ཡོད་པ་དེ་ལས་གཅིག་རེད། དཔེ་ཆ་
དེ་ལ་ནང་གི་ཆོས་ཆོན་སོ་རྒྱལ་ཡོད་འདུག །དེའི་ནང་གི་ཆོས་ཆོན་དང་པོ་དེ་
ཚོམ་པ་པོ་སྤོན་པ་གཤེན་རབ་ཡིན་པ་གསལ་པོ་བྲིས་འདུག །བྲེ་མ་ནམ་པས་
སྤེ་སྤྱིང་གིས་དབྱུང་གཞི་གནང་བའི་ཡིག་ཆ་དེ་དག་ནང་ཆོས་དང་འབྲེལ་བ་
ཡོད་པ་ཤ་སྟག་ཡིན་སྟམ་ནས་ཉར་ཆོགས་གནང་པ་རེད། རྟོན་དངོས་ཆང་མ་
པོན་གྱི་ཡིག་ཆ་ཡིན་ཞིང་། དེ་དག་གི་ནང་རྟོན་ཡང་འབྲུང་བ། སྤར་སྤེ་
སོགས་པོན་རྣལ་མའི་རིག་གནས་ཤ་སྟག་ཡིན་པ་མ་ཟད། གནའ་བོའི་སྤེ་རིག་
དང་། ཞེ་སྤེ་སྤེ་མའི་འབྲུང་ཅིས་དང་པོན་གྱི་འབྲུང་ཅིས་བར་འདྲ་མཚུངས་
མང་པོ་ཡོད་པ་གསལ་པ་འདི་ཡིས་པོན་གྱི་འབྲུང་ཅིས་བྱང་བའི་རུས་རབས་
རྒྱས་དཔག་བྱ་ལུབ་པ་དང་། ད་རུང་ཞང་ཞུང་དང་། ཀོང་ཅེ་འཕྲུལ་རྒྱལ་གྱི་
སྤོར་ཡོད་ཅིང་། རྒྱ་ཀོང་ཅེ་འཕྲུལ་རྒྱལ་བེར་བ་ནི་སྐབས་དེ་གངས་ཏི་སའི་ཉེ་
འགམ་གྱི་ཞང་ཞུང་ཡུལ་རུ་པ་ཆོ་ཆེན་པོ་བརྩམས་སོགས་ཆོ་པ་ཁག་དེ་དག་
ལས་རྒྱ་དང་། ཉོར་བེར་བ་དེ་དག་པ་ཆོ་རྣམས་ཀྱི་མིང་ཡིན་པ་ཡང་གསལ་
པོ་ཡོད་འདུག །དེ་ལ་བརྟེན་ནས་ངས་ཞང་ཞུང་བེར་བ་དེ་དང་སང་མངའ་
རིས་ཞང་ཞུང་གི་ས་མིང་ཡིན་པ་ཤེས་རྟོགས་བྱུང་། རུས་རབས་གོང་མའི་ལོ་

རབས་བརྒྱད་ཅུ་པའི་ནང་དུ་སྤྱི་ཚུལ་དུ་མི་འ་ལའི་མཁས་པ་ཆེན་པོ་དུའུ་ཅི་
དང་། བོད་ཀྱི་མཁས་པ་ཆེན་པོ་ནམ་མཁའི་ཞོར་བུ་སོགས་ཀྱི་ཞང་ཁྱང་ཞིབ་
འཇུག་བྱས་པའི་སྐོར་ཀྱི་ཚོམ་དེ་དག་ང་ཚོ་ཀྱང་གོའི་ནང་དུ་ཐོག་མར་མཐོང་
སྐབས། བོད་ཀྱི་མཁས་པ་ཆེན་པོ་ནམ་མཁས་ཀྱིས་ཞང་ཁྱང་ཟེར་བ་དེ་ཞིང་ཁམས་
ལྷ་བུ་ཞིག་ལ་ངོས་འཛིན་ནས་བསྐྱད་ཡོད་པ་རེད། སྐབས་དེར་མི་ཁག་གཅིག་
གིས་བཤད་པར། ནམ་མཁའི་ཞོར་བུས་བོད་ཀྱི་རིག་གནས་ཀྱི་ཁྱད་སྤྱོད་སྤྱོད་
ཚུ་གར་ལ་གཏུགས་པ་དེ་མ་འདོད་པས་ཞང་ཁྱང་ཟེར་བ་ཞིག་བཤད་པ་རེད་
ཅེས་ཟེར། ནང་ཆོས་རིག་གནས་ཀྱིས་སྐད་པ་འབྲུམ་ཟིན་པའི་བོད་ཀྱི་མཁས་
པར་གྲགས་པ་དེ་དག་གིས་ནམ་མཁའ་ཞོར་བུས་བོད་ཀྱི་རིག་གནས་ཀྱི་ཁྱད་སྤྱོད་
བོད་རང་ལ་གཏུགས་པ་དང་། ལོ་རྒྱུས་རིང་དུ་བཏང་བའི་ཆེད་དུ་རྒྱན་བཅོས་
རེད་སྟུམ་པ་རེད། ཏུས་དེར་བོད་ཀྱི་བླ་མ་མཁས་པ་ཆེན་པོ་གྲགས་པ་ཞིག་
གིས། བོད་ཀྱི་རིག་གནས་ཀྱི་ཁྱད་སྤྱོད་ཚུ་གར་ལ་གཏུགས་པ་དང་། ཞང་ཁྱང་ལ་
གཏུགས་པ་གཉིས་དེ། སྤྱི་ཚུལ་ལ་ཁྱད་སྤྱོད་གཏུགས་པ་གཅིག་མཚུངས་མ་ཡིན་
ནམ་གསུངས་པ་རེད། གནས་ཚུལ་དེ་ལ་བརྟག་ན་བོད་ཀྱི་མཁས་པ་ཟེར་བ་
དེ་དག་ཐུན་མོང་གི་རིག་གནས་མཐོང་རྒྱ་རྒྱུད་ལ། ནང་ཆོས་ཁོ་ན་ཙམ་ལ་ཁ་
འཁོར་བའི་བསམ་སྒྲུབ་ཀྱི་དོགས་པོ་བོད་སྤྱིའི་སྤྱི་འཕྱོར་རིག་གསུམ། ལོ་རྒྱུས་
བཅས་ཀྱི་ཁ་སྤྱོད་ཙམ་ཡང་མི་ཤེས་པ་ཞིག་ཆགས་ཡོད་པར་མཐོང་། ནམ་
མཁའ་ཞོར་བུས་གསུངས་པར། ངས་བོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་ཡོད་པ་དེ་བདེན་པར་
ཞིབ་འཇུག་བྱེད་ཅིང་བཤད་པ་ཞིག་ཡིན། མེད་པ་ལ་ཡོད་པ་བརྒྱས་ན་སྐར་
ཡང་ཉིན་ཞིག་རྒྱན་རྒྱུ་བདེ་ལ་ངས་རེད། དཔེར་ན། བོད་ཡིག་བཟོ་མཁན་
ཐུ་མི་སམ་རྩོམ་ཡིན་ཞེས་བཤད་པ་ལྷ་བུ་རེད་ཅེས་གསུངས། ཚངས་པ་ལྷའི་
ཡོ་བཅོས། ཟེར་བ་འདིའང་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་ཡིག་ཚང་མིན་ཡང་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་གནད་
དོན་མང་པོ་ཞིག་བདེན་དཔང་གི་དོར་འཕྲུག་ཆགས་ཡོད།

ལྷ་པ། གསེ་རིག་འབྲུམ་བཞི། དཔེ་ཆ་འདི་དཔྱད་བུ་ཁྱི་ཤེས་ནས་བརྒྱད་
པའི་བོན་ཀྱི་གསེ་རིག་གི་ཡིག་ཚང་མང་པོ་ཞིག་བོད་བཅན་པོའི་སྐབས་ཙམ་

ཞིག་ན་སྟོགས་བསྐྱེགས་བྱས་པ་ཞིག་རེད། འདི་ལོ་རྒྱུས་གྱི་ཡིག་ཚང་མིན་ཀྱང་
ལོ་རྒྱུས་གྱི་དོན་ཆེན་མང་པོ་ཞིག་གི་བདེན་དཔང་ཆགས་ཡོད། གསོ་རིག་
ཐུགས་འབྲུམ་མཁའ་སྟོན་ལས། བོད་ཀྱི་གསོ་རིག་གསུངས་པའི་གནས་ལྷ་སྐྱུང་
དང་འབྲེས་མ་ཞིག་གསུངས་ཡོད་ཀྱང་། གནས་དེ་དག་གི་མིང་དེར་རྒྱས་
གངས་ཏི་མེད་ཉེ་སྤྱོད་ཀྱི་ས་མིང་མང་པོ་ཡོད་པས་ཤེས། དཔེར་ན། གསུངས་
པའི་གནས། གནས་མཆོག་དམ་པ་འོལ་མོ་སྤྱིང་ཆེན། དབལ་སོ་གངས་གྱི་ར་
བའི་ནང་རྒྱ་ཆགས་ཏི། ཞེས་པའི་གནས་དེའི་མཐའ་སྤྱོད་རྒྱ་འཁོར་མོ་སྤྱིང་
མཆོ་བྱ་བ་འབྲིལ་བ། ལྷགས་བཞི་ན་རྒྱ་བོ་ཆེན་པོ་བཞི་འབབ་པ་ཞེས་སོགས་
དང་། དབུས་སུ་ཕོ་བྲང་སྤྱིང་བརྒྱད་ན། ཤར་སྟོགས་སུ་ཤམ་པོ་ལྷ་ཆེ། བྱང་
སྟོགས་སུ་ཁོལ་མ་ནེའུ་ཆུང་། རུབ་སྟོགས་སུ་ཁྱི་སྟོན་རྒྱལ་བཞེད། ལྷོ་སྟོགས་སུ་
བལ་པོ་སོ་བརྒྱད་ཅེས་པ་ལྷ་བྱ། སྟོགས་བཞི་མཆོམས་བརྒྱད་ཀྱི་ས་མིང་མང་
པོ་ཞིག་དེར་རྒྱས་ཀྱང་མངའ་རིས་ས་ཁུལ་འདིར་བཅུད་བྱེད་བཞིན་པའི་ས་
མིང་མང་པོ་ཞིག་ཡོད་འདུག །དེ་བཞིན་རྒྱ་གསོ་རིག་རྒྱད་བཞི་དེ་འབྲུམ་བཞི་
བཅོས་པ་ཡིན་པ་ཁས་མི་ལེན་ཞིང་སངས་རྒྱུས་གྱི་གསུང་ཡིན་པ་སྐྱབ་མཁན་
ཆོས། རྒྱད་བཞི་སངས་རྒྱུས་གྱིས་གསུངས་པའི་བདེན་དཔང་གང་ཡང་ཆེད་
མེད། བཀའ་འགྱུར་དང་། བསྟན་འགྱུར་གཉིས་ཀའི་ནང་རྒྱ་གསོ་རིག་རྒྱད་
བཞི་མེད་སྟབས། རྒྱ་གར་ལ་ཁུངས་གཏུགས་མ་ཐུབ་པ་རེད། འོ་ན་རྒྱད་བཞི་
དེ་དོན་དངོས་གང་རྒྱ་ཡོད་ཅེ་ན། བོན་གྱི་བཀའ་རྟེན་ནང་རྒྱ་ཡོད་པ་ཀུན་
གསལ་ལྟར་རེད། དེས་ཀྱང་བོད་ཀྱི་གསོ་བ་རིག་པའི་གཞུང་ལུགས་ཀྱི་བྱང་
ཁུངས་གསལ་པོར་བསྟན་ཡོད་པས་གསོ་རིག་འབྲུམ་བཞི་ནི་ལོ་རྒྱུས་གྱི་བདེན་
དཔང་གི་རྩོ་རིང་ཞིག་གྱུར་ཡོད། །

ལྷ་པ། བསྐྱེགས་པ་རིན་ཆེན་སྤྱིང་གཤམ། འདི་ནི་བོན་གྱི་ཡིག་ཚང་ནང་
གི་ལོ་རྒྱུས་གྱི་ཡིག་ཚང་ཞིག་རེད། འོན་ཀྱང་ཡིག་ཚང་འདིའི་ནང་རྒྱ་གང་
ཡོད་ཆང་མ་ལོ་རྒྱུས་དངོས་མ་ཡིན་པའི་ལྷ་སྐྱུང་དང་འབྲེལ་བའི་གཏམ་མང་
པོ་ཡོད་པ་ཞིག་རེད། འདིའི་ནང་རྒྱ་གནད་འགག་ཆེ་ཤོས་ནི་སྟག་རི་གཉན་

གཟིགས་ཀྱི་སྐབས་སུ་སྒར་སུ་རྒྱལ་བཅོན་པོའི་སྤྱིད་དབང་འཕྲོར་ཞིག་ཕྱིན་པ་
དེ་སྐབས་འདིར་སྒར་ཡང་གཅིག་གྱུར་གྱི་ལས་འགོ་བཙུགས་སྐབས། རྫོང་བླ་
རྒྱལ་པོ་ཟེར་བ་ཞིག་སུ་རྒྱལ་གྱི་མངའ་ཁོངས་སུ་མ་འཇུག་པས་དེ་ལ་སྒྲུལ་བུའི་
ངོས་སུ་ཡི་གེ་བཏགས་ནས་བཏང་བ་དང་། རྫོང་བླ་རྒྱལ་པོས་སྤྱག་རི་གཉན་
གཟིགས་བཅོན་ཏུ་བཙུག་པ་སོགས་ཀྱི་ཟིན་ཐོ་ཞིག་ཡོད་པ་འདི་དང་ནང་དོན་
གཅིག་མཚུངས་ཀྱི་ཟིན་བྱིས་ཤིག་ཤིན་ཅང་གི་ས་འོག་ནས་ཐོན་པའི་ཤིང་བྱང་
གི་ཡི་གེའི་ཐོག་ཏུ་གསལ་པོ་ཡོད་འདུག །དེ་ལྟར་ཡིག་ཚང་རྒྱུ་པ་དང་གནའ་
རྒྱུ་ཚིང་པ་གཅིག་མཐུན་ཅན་རྒྱུ་པ་ནི་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་བདེན་དཔང་གི་དོ་རིང་
ཞིག་རེད། ང་རང་ལོ་རྒྱུས་ཞིབ་འཇུག་བྱེད་མཁན་ཞིག་ཡིན་པའི་ཆ་ནས་བོན་
ཀྱི་ཡིག་ཚང་རྒྱུ་པའི་རིན་ཐང་གསལ་པོ་ཞིག་མཐོང་བ་རེད། དེར་དུས་ལོ་
རྒྱུས་ཞིབ་འཇུག་གི་བདེན་དཔང་ལ་ཡིག་ཚང་དང་། གནའ་རྒྱུ་གཉིས་དགོས་
པ་དེ་གཉིས་ཀ་བོན་ཀྱི་ཡིག་ཚང་ནང་དུ་རྒྱུ་པ་ཞིག་རེད། རྫོང་བླ་རྒྱུས་
ལོ་རྒྱུས་ཞིབ་འཇུག་བྱེད་སྤངས་དེ་ཡིག་ཚང་དང་གནའ་རྒྱུ་ཀྱི་བདེན་དཔང་
མེད་པ་བཤད་ན་ལྟ་སྤྱད་གི་ཁོངས་སུ་འཛོགས་ཅིས་རེད། ང་ཚོ་བོད་ལ་རྒྱབ་
ཚུགས་པའི་ལུགས་ལས་གོ་ལྟོག་པ་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་བདེན་དཔང་རིན་ཐང་ཆེ་བ་ནི།
གནའ་གཏེར་དང་ས་གཏེར། དགོངས་གཏེར་དང་ལྷང་བསྟན། མོ་དང་ཅིས་
ཕབས་ནས་བཤད་པ་དེ་དག་རེད། །

གནའ་བོའི་དུས་སུ་མི་རིགས་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་ནང་དུ་ལྟ་སྤྱད་འབྲེས་ཡོད་པ་དེ་
བོད་གཅིག་ཏུ་ཡོད་པའི་གནས་ཚུལ་ཞིག་མ་རེད། འོན་ཀྱང་བོད་ཀྱི་ལྷལ་དུ་
ད་ལྟའི་བར་བུ་མེད་པ་མ་གྱུར་པ་ནི། མི་རིགས་སྤྱིར་རིག་གནས་ཚུ་ཚོད་
དམའ་བ་དང་། སྤྱས་ཚད་ཞན་པའི་དབང་གིས་ཡིན་པ་སྤྱོད་མ་དགོས། །

ཚུལ་སྤྱོད་དགེ་སྤྱོད་འབྲེལ་བའི་ནམ་བཤད་ནོར་བུ་ལ་ཡོ་བཏང་།

2021.8.2

དེ་རིང་ངའི་བརྗོད་བྱ་གཙོ་བོར། དེང་རབས་སྤྱོད་ཀྱི་ཆེན་མོའི་སྤྱོད་ཡོན་
 དང་། དགེ་ཆུན་གྱི་སྤྱོད་ཀྱི་ཐོག་བར་འབྲེལ་བ་གང་ཡང་ཡོད་མ་རེད་ཟེར་བ་དེ་
 ཡིན། ཟེར་དགོས་པའི་རྒྱ་མཚན། ཉེ་སྔན་མཁན་པོ་ཚུལ་ཁྲིམས་སློ་སྤྱོད་ཀྱི་
 སྤྱོད་ཆུང་ཞིག་གི་ཐོག་ཏུ། དེང་རུས་དགེ་སྤྱོད་བར་གྱི་འབྲེལ་བ་དེ་ཆོང་འབྲེལ་
 རེད་མ་གཏོགས་དགེ་སྤྱོད་ཀྱི་བཙེ་རུང་ཡོད་མ་རེད་ཅེས་གསུངས་འདུག །དེ་
 བློ་དངོས་ཡོད་གནས་ཚུལ་མ་རེད། འཛམ་བུ་གླིང་གི་སྤྱོད་གསའི་འགྲོ་སྤངས་
 དེ་མ་རེད། ཀྱང་གོའི་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་གནས་ཚུལ་ཡང་དེ་མ་རེད། ཁོང་གིས་དེ་
 འདྲ་བཤད་པའི་རྒྱ་མཚན་དེ་ངས་བཟུས་ན། གཅིག །མི་གཞན་དག་གིས་
 དེང་རབས་སྤྱོད་གསའི་གནས་ཚུལ་མི་ཤེས་མཁན་ཞིག་གིས་དེ་འདྲ་པོ་ཞིག་
 ཁོང་ལ་བཤད་ནས་ཁོང་གིས་དེའི་རྗེས་སྤྱོད་ཡིན་སྟེད། སྤྱིར་བོད་ཀྱི་ཚོས་
 ལུགས་རིག་གནས་ཀྱི་སྤྱོད་ཆེ་ཤོས་དེ། གཞན་དག་གིས་གང་བཤད་པ་དེ་སྤྱོད་
 གི་ནམ་པ་ལྟ་བུ་ཞིག་གིས་ཀྱང་བཤད་བྱེད་སྤྱོད་ཡོད་པ་འདི་ནི་ཚོས་ལུགས་
 རིག་གནས་བསམ་སློ་རྗེས་ལུས་ཡིན་པའི་རྒྱགས་མཚན་ཞིག་རེད། འོན་ཀྱང་
 ཆོད་མའི་རིགས་ལམ་ལ་སྤྱོད་བཙོན་སྤྱོད་པ་ཞིག་ཡིན་ན་དེ་འདྲ་བཤད་མི་
 སྟེད། དེ་དག་གིས་སློ་ལུལ་ལ་ཅི་ཕྱིར་དང་། ཡིན་པར་ཐལ་ཐོགས་བསམ་སློ་
 མང་པོ་ཞིག་གཏོང་བཞིན་གང་ཐོས་ཆོད་དེ་ལས་སྤྱོད་པོས་ཁས་ལེན་བཞིན་མ་
 རེད། དེ་ལས་གཞན་པའི་སྤྱོད་ཆེ་མཁྱེད་སྤྱོད་དེ་གང་ཐོས་ཐམས་ཅད་བདེན་ཏུ་
 འཛིན་ནས་བསྐྱར་སྤྱོད་བྱེད་སྤྱོད་ཡོད་པ་རེད། དཔེར་ན། བ་ལོར་སྤྱོད་མ་ཞིག་
 གིས་རྒྱ་ལུལ་ལ་ཆོས་གསུངས་ཏུས། གསུང་དགོས་པ་ཆོས་དེ་མི་གསུངས། མི་
 དགོས་པའི་ལོ་རྒྱུས་མང་པོ་ཞིག་གསུངས་ནས། ཐང་སན་སྤྱོད་མ་ཆིང་སྟེད་
 གཞུང་སྐབས་ལ་རྒྱ་གར་ཏུ་ཆོས་ཞུ་བྱེད་པ་དང་། རྒྱ་གར་ཅུང་ཐུང་ནི་རོ་བེ་
 ཅིང་ལ་ཡོང་སྐབས་པེ་ཅིང་རྫོ་ལ་བཀོས་པའི་བཀའ་འགྱུར་ཞིག་ཡོད་པ་དེ་ལ་

གསེར་དེ་དང་མྱིང་ཚད་མཉམ་པ་ཞིག་སྤང་ནས་ཉོ་ལབ་ཀྱང་ཀྱུ་ཚུང་ལི་
ཡིས་མ་བཅོང་པ་རེད་ཟེར་བ་སོགས་རྒྱུ་ཕྱགས་མེད་མང་པོ་གསུང་བཞིན་
ཡོད་པ་དེ་ནམས་དང་། དེ་བཞིན་དུ་དེ་རིང་སྤང་སྤམ་ནང་དུ་མཁན་པོ་ཚུལ་
ཁྲིམས་སློ་གྲོས་གྱིས་གསུངས་པའི་རྒྱུ་གཏམ་འདི་དག་ཀྱང་དེ་དང་འདྲ་བ་
གཉི་ཕྱག་གི་སློ་ནས་ཡིན་པར་སེམས། དེ་ལྟར་མ་ཡིན་པ་ཤེས་བཞིན་དུ་གསུང་
པ་ཡིན་ན། དེ་ལྟ་བུའི་རྒྱུ་གྱིས་ཕམ་པ་མ་སོགས་ནའང་ལྟར་བ་འབྱུང་གི་དང་།

ཚུལ་སློ་ན་རེ། དེང་དུས་སྤྱོད་རང་ཚོ་མཁན་པོ་ཟེར་བ་དེ་ལ་བླ་མའི་
འདུ་ཤེས་འཛིན་དགོས་རེད་མ་གཏོགས། སློབ་གྲུའི་ནང་གི་དགོ་ཆ་ན་གྱི་འདུ་
ཤེས་འཛིན་ན་ཆ་བ་ནས་མ་འགྲིག་པ་རེད། དགོ་ཆ་དང་སློབ་མའི་འབྲེལ་
བ་དེ་ཆོང་ལས་རེད། སློབ་མས་སློབ་ཡོན་ལྷན་དང་། དགོ་ཆ་གྱིས་སློབ་བྲིད་བྱེད་
ཚར་དུས་ཆོང་འབྲེལ་ལྟ་བུ་ཡིན་པ་ལས་དགོ་སློབ་ཀྱི་བཅེ་དུང་ཡོད་མ་རེད།
ཅེས་གསུངས།

འདི་གསུང་དགོས་པའི་རྒྱ་མཚན་དེ་ཕལ་ཆེར་ཁོ་རང་ཆོའི་གོ་གནས་མཐོ་
འདེགས་བྱ་བའི་ཆེད་དུ་ཡིན་ངེས། དེང་དུས་བླ་མའི་རིན་ཐང་དེ་ཉམས་གུད་
འགོ་བའི་དུས་རབས་ཤིག་ལ་སླེབས་ཡོད། དེང་དུས་སྤྱོད་པོ་པོ་མའི་སྤྱོད་དུ་སློབ་
གྲུ་ཆེན་པོ་འགོ་མཁན་རྗེ་མང་དང་མཁས་པ་རྗེ་མང་གྱུར། སྤྱི་ཚོགས་སོག་གི་
མི་ནམས་ལྟ་བུ་དང་མཐོང་བུ་རྗེ་ཆེར་འགོ་བའི་སྐབས་སུ། བླ་མ་གྲུ་བ་ནམས་
ཁོ་རང་ཆོའི་སྤྱོད་པའང་རྗེ་ཕྱག་དུ་སོང་བས་མཚན་སྟན་རིམ་བཞིན་ཉམས་
པའི་དུས་རབས་ཤིག་རེད། དེ་འདྲའི་སྐབས་སུ་མཁན་པོ་དང་བླ་མའི་མཚན་
སྟན་སྤང་སྤམ་བྱ་བའི་ཆེད་དུ་གསུངས་པ་ཞིག་མིན་ནམ་སྟེ། ཁོང་གིས་
གསུངས་པའི་གནས་ཚུལ་འདི་དག་ནི་འཛམ་བུ་སྤྱིར་གི་སློབ་གསོའི་ལམ་
ལྷགས་དང་། སློབ་གྲུའི་ནང་དུ་ཡོད་མི་སྤྱིར་པ་ཞིག་རེད། ཟུར་དུ་དགོ་སློབ་
བར་གྱི་འབྲེལ་བ་བཟང་ངན་ཡོད་སྤྱིད་པ་རེད། དེ་མི་སྤྱིར་གྱི་འབྲེལ་བ་རེད།
དགོ་སློབ་བར་གྱི་འབྲེལ་བ་ལ་ཆོང་ལས་གྱི་འབྲེལ་བ་རེད་ཟེར་བ་འདི་སྤྱིར་
འཛམ་བུ་སྤྱིར་དང་། སློས་ཀྱང་གོའི་སློབ་གྲུ་ཆེན་པོ་གང་གི་ལམ་ལྷགས་ནང་

རུ་མི་སྤྱིད་པ་ཞིག་རེད། གང་ཟག་སྒྲིང་གི་རོས་ན་དགེ་སློབ་བར་གྱི་འགལ་བ།
དཔོན་འབངས་བར་གྱི་འགལ་བ། སྒྲ་སློབ་བར་གྱི་འགལ་བ་ལ་སོགས་པ་
ཐམས་ཅད་ཡོད་སྤྱིད་པ་རེད། དཔེར་ན། དགེ་སློབ་བར་དང་། དཔོན་
འབངས་བར། སྒྲ་སློབ་བར་སོགས་ལ་བྱིམས་འགལ་སྤྱིག་འགལ་གྱི་རྒྱ་ཚོར་
འབྱུང་ལན་སོགས་ཀྱི་རན་འབྲེལ་ཡོད་སྤྱིད་པ་མ་ཟད། སྒྲ་སློབ་བར་ལ་རྒྱ་
འབྲས་དང་འགལ་བ། དམ་ཚིག་དང་འགལ་བའི་ལས་སྒྲ་མ་མཐུན་པོ་རྣམས་
ཀྱིས་དབང་ཡོད་ཀྱི་སྒྲོ་ནས་སློབ་མ་རྣམས་ལ་ཕོ་རྒྱུ་དང་། ཕོ་རྒྱུ་རྒྱུ་བ་པ་ལྟ་བུ་
བཅོན་པོ་དབང་ཡོད་བྱེད་པ་སོགས་ཡུལ་དཔོན་གང་ནའང་ཡོད་སྤྱིད་པ་རེད།

འཛམ་བུ་སྤྱིར་གི་ལུགས་སློབ་ལ་སློབ་ལྷ་ཆེན་མོའི་ནང་རུ་སློབ་ཡོན་སྤྱད་
དགོས་པ་དང་མི་དགོས་པ་རིགས་གཞིས་ཡོད་རེད། སྤྱི་ཚུགས་རིང་ལུགས་
དང་མ་ཆ་རིང་ལུགས་བར་གྱི་བྱུང་པར་རེད། སྒོན་རུས་ཀྱང་གོ་དང་། དེང་
རུས་གོ་རི་ཡ་བྱང་མའི་སྤྱི་ཚུགས་རིང་ལུགས་ཀྱི་སློབ་གསོ་ལ་སློབ་ཡོན་སྤྱད་མི་
དགོས་པ་ཆང་མ་གཞུང་གིས་འགྲོ་སྤོང་བཏང་སློབ་ཡོད་རེད། ཀྱང་རྒྱ་མི་
དམངས་སྤྱི་མཐུན་རྒྱལ་ཁབ་བཅུགས་ནས་བཟུང་། སྤྱི་ལོ་༡༩༥༠་ནང་གི་རུས་
མཆུག་ཅམ་བར་རུ་ཀྱང་གོའི་སློབ་ལྷ་ཆེན་མོའི་སློབ་མ་རྣམས་ཀྱི་སློབ་ཡོན་
དང་། སྤྱོད་གནས། ལྟོ་ཆས་ཆང་མ་སྤྱིད་གཞུང་གིས་སྤྱད་སློབ་ཡོད་པ་ར་
རང་ཆོ་ཆང་མས་ཡོངས་སུ་སྤྱད་ཡོད་པ་མངོན་སུམ་ཆང་མ་རེད། ང་ཚོ་ག་
མར་པེ་ཅིང་རུ་ཀྱང་དབྱང་མི་རིགས་སློབ་ལྷ་ཆེན་མོའི་དགེ་རྒན་གྱི་ལས་ཀ་
སློབ་རུས་སྤྱི་ལོ་༡༩༥༧ལོར་རེད། སྐབས་དེར་ཀྱང་གོའི་སློབ་ལྷ་ཆེན་མོའི་སློབ་
མ་ཆང་མས་སློབ་ཡོན་སྤྱད་སློབ་མེད་ལ། ཟས་རིན་ཡང་ཆག་ཡང་གི་སྒྲོ་ནས་
སློབ་ལྷ་ཆེན་མོའི་ཟས་ཁང་ཡོད་པས་དེའི་ནང་རུ་བཟུང་པ་རེད། དེ་ནས་
ཀྱང་གོའི་བྱུང་ཆོས་ལྟན་པའི་སྤྱི་ཚུགས་རིང་ལུགས་ཀྱི་ལམ་ལུགས་ཟེར་བ་ཞིག་
ལ་བསྐྱར་བཅོས་བྱས་སྟབས། སྤྱི་ལོ་༡༩༥༧ལས་མས་ཅམ་ཞིག་ཡིན་པར་འདྲ།
ངས་གསལ་པོ་དྲན་མ་སོང་། རྒྱ་རིགས་དང་མི་རིགས་གཞན་པ་རྒྱ་ཡིག་གི་
སློབ་ཆོན་སྤྱོད་མཐུན་རྣམས་ལ་སློབ་ཡོན་བཟུ་རྒྱ་དང་། ཟས་རིན་རང་གིས་

སྤང་དགོས་པའི་སྤྱི་དུས་ལག་བསྟར་བྱས་ཀྱང་། བོད་ཀྱི་སྤང་ཡིག་ལ་སོགས་
གངས་ཀྱང་མི་རིགས་ཀྱི་སྤང་ཡིག་སྤྱི་མཁན་ནམས་ལ་དམིགས་བསལ་དུ་
ལམ་དུས་རབས་ཉེར་གཅིག་པའི་ནང་མ་སྤེབས་ཅམ་བར་སློབ་ཡོན་སྤང་མི་
དགོས་པའི་ལུགས་སློབ་དེ་ལག་བསྟར་བྱས་པ་རེད།

ཡང་། ཚུལ་སློབ་རེ། སློབ་མ་ཆོས་ངས་སློབ་ཡོན་སྤང་བྱིན། དགེ་ཆུན་
གྱིས་བསྐྱབ་པ་དེའང་འོས་བབས་ཡོད་བསམ་གྱིན་ཡོད་ལ། དགེ་ཆུན་གྱིས་སློབ་
ཁང་ནང་དུ་སློབ་ཆུང་ཡག་པོ་མ་བྱིད་ཅིང་། སློབ་མ་ལ་སློབ་ཆུང་བྱུར་བྱིད་
དགོས་པའི་བརྟུ་བཏང་ཞིང་རང་གི་ནང་དུ་སྤང་གཏོང་ཞིང་སློབ་ཡོན་བྱུར་དུ་
ལེན་བཞིན་ཡོད་པ་རེད། ཅིས་གསུངས་འདུག །

སློབ་ལྷ་ཆེན་མོའི་ནང་ལ་གནས་ཚུལ་དེ་ཡོང་མ་སྤྱིད་པ་རེད། བྱུར་བྱིད་
ཟེར་བའི་མ་སྤང་དེའང་ཡོད་མ་རེད། སློབ་འབྲིང་དང་མཐོ་རིམ་སློབ་འབྲིང་
སོགས་སུ་བྱུར་བྱིད་ཟེར་བའི་མ་སྤང་འདི་ཡོད་ཆོད་རེད། བྱུར་བྱིད་བྱིད་
མཁན་རེ་བྱུར་ཡོད་ཅིང་ཁོང་གིས་ཐོས་པ་མིན་ནམ། ངས་ནི་མཐོང་ཐོས་མ་
བྱུང་། ཨྱི་བཏང་འཛམ་སྤྱིར་སྤྱིར་ལུགས་ལ་ལོ་རྒྱུད་ལོ་དུག་དང་། སློབ་
འབྲིང་ལོ་གསུམ་དེ་བསྐྱམས་པས་ལོ་དགུའི་རིང་ལ་རྒྱལ་ཁབ་གྱིས་འགྲོ་སྤང་
གཏོང་བཞིན་ཡོད་སྟབས་སློབ་ཡོན་ཆག་ཡང་རེད། དེ་ལ་འོས་འགན་སློབ་
གསོ་ལོ་དགུ་ཟེར་བ་རེད། ཁོང་སློབ་ལྷ་རྒྱུད་འབྲིང་ནམས་སུ་ཞུགས་མ་སྤྱིད་
སྟབས་གནས་ཚུལ་དེ་དག་དུ་མ་གོ་བ་རེད། མཐོ་རིམ་སློབ་འབྲིང་ལོ་གསུམ་གྱི་
ནང་གི་སློབ་ཡོན་དང་འགྲོ་སྤང་རི་ལྟར་ཡིན་པ་རང་ལ་རྒྱས་མང་འཕྱེད། སློབ་
ལྷ་ཆེན་མོ་དུ་སློབ་ཡོན་དང་དགེ་ཆུན་སྤྱི་ཐོགས་བར་ལ་འབྲེལ་བ་ཏིལ་འབྲེལ་
ཅམ་ཡང་ཡོད་མ་རེད། དགེ་ཆུན་གྱི་སྤྱི་ཐོགས་དེ་རྒྱལ་ཁབ་ནོར་སྤྱིད་ནང་
ནས་གཏོང་བཞིན་ཡོད་སྟབས། ཁྱོད་ལ་སློབ་བྱིད་ཡོད་ན་མེད་ན་བྱུར་བར་
མེད་པ་ཟླ་རེའི་སྤྱི་ཐོགས་ལེན་ཆོག་པ་རེད། སློབ་མས་ལོ་རེར་སློབ་ཡོན་སྤྱིར་
ལྷ་སྤྱིར་བཞི་བརྒྱ་དང་། ཆུན་རིག་ཆེད་སྤྱིར་སློབ་མ་ཡིན་ན་ལྷ་སྤྱིར་ལྷ་བརྒྱ་
སྤྱིད་དགོས་རེད། དེའི་ཐོག་དུ་རྒྱལ་ཁབ་ནོར་སྤྱིད་ལས་སློབ་མ་རེ་ལ་སྤྱིར་ལྷ་

སྤྱིར་སྤྱལ་རེ་ཁ་སྤྱོད་ཡོད་རེད། བསྐྱམས་པས་སྤྱོད་མ་རེ་ལ་སྤྱིར་བྲི་གཅིག་
 སྤྱལ་རེ་ཡོད་རེད། དེ་དག་སྤྱོད་མའི་འཆོ་བའི་ནང་དུ་གཏོང་བཞིན་ཡོད་པ་
 དཔེར་ན། ཟས་ཁང་ནང་དུ་སྤྱོད་མའི་ཟས་རིན་ཚུང་བ། སྤྱོད་ཁང་རིན་ཐོང་
 ཚུང་བ། གཙང་སྤྱོད་འཕྲོད་བསྟེན་གྱི་འགྲོ་སོང་། སྤྱོད་སྤྱོད་ཡག་ཤོས་ཀྱི་སྤྱོད་
 མ་རྒྱུ་ལ་བྱ་དགའི་མ་དདུལ་སོགས་ཀྱི་འགྲོ་སོང་རེད། དེ་དང་དགེ་ཆན་གྱི་
 སྤྱོད་ཤོགས་བར་འབྲེལ་བ་གང་ཡང་ཡོད་མ་རེད། དགེ་ཆན་དང་སྤྱོད་མའི་བར་
 ལ་ཆོང་གི་འབྲེལ་བ་རེད་ཟེར་བ་འདྲི་ནི། སྤྱོད་གསའི་གནས་ལུགས་མི་ཤེས་
 པའི་སྤྱོད་མི་འབྲུམ་པོ་འགའི་འཁང་རའི་སྤྱོད་ཆ་དེ་དག་ལ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་
 པའི་ནད་ངན་གྱིས་ཟིན་པའི་སྤྱོད་ཆ་ཆོད་སྤྱོད་ཆ་ཞིག་རེད།

འབྲུམ་རམས་དང་། རབ་འབྲུམས་པའི་སྤྱོད་མ་ཡིན་ན་ཐོག་མར་སྤྱོད་གྲུའི་
 ནང་དུ་ཡར་ཞུགས་པའི་སྤྱོད་མ་སྤྱོད་ཡོན་མི་རེས་སྤྱོད་བརྒྱུད་ཡིན་ན། བྲི་
 གཅིག་ཡིན་ན་ངས་གསལ་པོ་ཤེས་མ་སོང་། དེ་འདྲ་པོ་ཞིག་སྤྱོད་དགོས་རེད།
 ལོ་རིམ་གཉིས་པའི་སྤྱོད་མ་སྤྱོད་སྤྱོད་ཡག་ཤོས་ཀྱི་སྤྱོད་གངས་གསུ་སྤྱོད་མ་
 ཡོད་པའི་འབྲུམ་རམས་པ་དང་། རབ་འབྲུམས་པ་ཆོང་མ་ལ་སྤྱོད་གྲུའི་བྱ་
 དགའི་མ་དདུལ་ ཡོད་ཅིང་། དེ་ནི་ལོ་ལྟར་སྤྱོད་མ་ཡིན་པའི་དགོས་པའི་ཐོག་དུ་
 ཟས་རིན་ཡང་འདར་རེས་པ་ཐོབ་རྒྱུ་ཡོད་པ་རེད། མདོར་བསྟུན་ན། སྤྱོད་མ་
 རང་རང་གིས་སྤྱོད་པའི་སྤྱོད་མ་དང་། རྒྱལ་ཁབ་ཀྱིས་གནང་པའི་སྤྱོད་མ་
 དེ་དག་ཆོང་མ་སྤྱོད་མ་རང་གི་འཆོ་བའི་ཆེད་དུ་འགྲོ་སོང་གཏོང་བཞིན་ཡོད་
 པ་རེད། ཐོད་ཀྱི་གཏམ་དཔེ་ལ། རྒྱལ་པ་རི་འཕྱུ་རི་གསལ། ཟེར་བ་དེ་རེད།

སྤྱོད་མ་རྒྱུ་ལ། ཤེས་པའི་ཆོས་དེ་ཡག་པོ་ཞིག་གསུང་། མི་ཤེས་པའི་འཇིག་
 རྟེན་ལུགས་དེ་ཞི་ཤེས་བཟུ་ནས་རྒྱན་མང་པོ་ཞིག་མ་གསུང་ན་ལེགས། ཁོང་
 གིས་གསུངས་པ་ལྟར་ན་སྤྱོད་གྲུ་ཆེན་མོ་ནས་ཐོན་པའི་སྤྱོད་མ་དང་དགེ་ཆན་
 བར་ལ་འབྲེལ་བ་གང་ཡང་མེད་པ་ཞིག་ཆགས་ཆོར་པ་རེད། དདོས་ཡོད་

གནས་ཚུལ་དེ་འདྲ་མ་རེད། ང་མི་ལོ་སྐྱུལ་ཅུ་ལྷག་ཙམ་ལ་དགེ་ཆུན་བྱས་པ་
ཡིན། སློབ་མ་ཁག་ལས་སློབ་ཆེན་སློབ་མ་དེ་དག་ད་ལྟ་ས་གནས་སོ་སོའི་འགོ་
བྱིད་ཆེན་པོ་ཆགས་ཡོད་རེད། རྗེས་སུ་བྱུང་བའི་རབ་འབྱམས་པ་དང་འབྲུམ་
རམས་པ་དེ་དག་ད་ལྟ་སློགས་གང་ཐད་ནས་ཡར་རྒྱས་འགྲོ་བཞིན་པའི་ལས་
བྱེད་གཞིན་ཅུའི་སྡེ་ཁག་གཅིག་ཆགས་ཡོད། གལ་སྲིད་མཁན་པོ་ཚུལ་བྲིམས་
སློ་སློལ་གྱིས་གསུང་པ་ལྟར་ན། ད་ལྟ་ང་ལས་གཡོལ་ངལ་བསོ་བྱས་ཟིན་པའི་
ཆས་པོ་ཞིག་དང་ཁོང་ཆོ་འབྲེལ་བ་གང་མེད་པར་ཆགས་ཆར་པ་རེད། རྒྱ་
དངོས་དེ་འདྲ་རེད་མི་འདུག །ད་ལྟ་ང་ས་གནས་གང་དུ་སོང་ཡང་སྤར་གྱི་
སློབ་མ་དེ་དག་གིས་དུས་ཚོད་དང་། དཔལ་འབྱོར་སློགས་གང་ཐད་ནས་རང་
ཅུས་གང་ཡོད་གྱིས་སྡེ་ལེན་བྱེད་ཅིང་ཡོད་པ་ནི་དངོས་ཡོད་གནས་ཚུལ་རེད།
དགེ་སློབ་བར་ལ་ཁེ་སན་ཁོ་ནའི་འབྲེལ་བ་ལས་མེད་ན། ང་ཆས་པོ་ངལ་བསོ་
བྱས་ཟིན་པ་ཞིག་གི་ལག་ལས་དཔལ་འབྱོར་དང་། དབང་ཆ་གང་ཡང་ཐོབ་
རྒྱ་མེད་པ་ཤེས་བཞིན་པ་རེད། རྒྱ་མཆོན་དེས་ཁོང་གི་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པའི་
རྒྱན་གྲུལ་རྒྱབ་བརྟེལ་བ་རེད། བླ་མ་རྣམ་པ། ཆོས་གསུང་དུས་གང་དུན་
རྒྱན་རྒྱང་མ་གསུང་ན་ལེགས། དེང་དུས་ཆ་འཕྲིན་དུས་རབས་ལ་རྒྱན་དེ་ལྟར་
བཤད་ན་སྔོན་མ་ནང་བཞིན་སྤྱི་ཆོགས་གྱི་གནས་ཚུལ་དང་། བོད་གྱི་ལོ་རྒྱུས་
སོགས་ལ་རྒྱན་འགའ་བྱ་མི་ཅུས་ཀྱང་། བྱིད་རང་ཆོའི་བྱ་སྤྱོད་ངན་པའི་རྒྱན་
རྒྱབ་དེ་ཡུན་རིང་མི་འགོར་བ་རྒྱན་རྒྱབ་བརྟེལ་དེས་རེད།

ཨྱི་བྱང་སློབ་མས་སློབ་ཡོན་མ་སྐུལ་ན་སློབ་བྱིད་མ་བྱེད་ཟེར་བ་དེ་གནའ་
བོའི་བོད་གྱི་སློལ་རྒྱན་རིག་གནས་ནང་དུ་ཡོད་པ་ཞིག་རེད། ཐུན་མོང་གི་
རིག་གནས་དང་། གསང་སྐད་སྤྱི་གཞུང་རྣམས་སུ་སློབ་མ་སྤོང་ལྟན་མ་ཡིན་
པ་ལ་གདམས་ངག་མ་སྤྱོད་གསུངས་པའི་སྤོང་ལྟན་ཞེས་པ་ནི། བླ་མས་གང་
གསུངས་ཉོན་མཁན་དང་། རྒྱ་ནོར་འབྲུལ་མཁན་གྱི་སློབ་མ་རྣམས་ལ་ཟེར་བ་
གསལ་བཤད་བྱས་ཡོད་པ་རེད། དཔེར་ན། གསོ་རིག་གཞུང་ལས། གསེར་

གཡུ་རྩ་ཁབ་ཡོན་གྱིས་མི་སྤྱོད་བར། །ཁ་འཇམ་བྱིད་པོའི་ལག་རྒྱ་ཤོར་ར་རེ། །དེ་
ལྟར་སྐལ་མེད་སྤྱོད་དང་མི་ལྟན་ན། །ཚུ་སྤྱོད་གོ་བར་རིན་ཆེན་ཚུད་པ་བཞིན། །
བསྐལ་པ་འབྲུགས་ཀྱང་ཁ་རུ་མི་དབྱུང་གསང་། །ཞེས་སྤྱོད་ཡོན་མེད་ན་གདམས་
ངག་མི་སྤྱོད་བའི་ཞལ་གདམས་ཡོད་པ་རེད། །ཁོང་གི་བསམ་སྤྱོད་ཡང་ཕལ་ཆེར་
སྤྱོད་རྒྱུ་གྱི་བསམ་སྤྱོད་དེ་དག་ཤུགས་ཆེ་བའི་དབང་གིས། །དེང་རུས་སྤྱོད་གསོ་ལ་
ཡང་དེ་བཞིན་ཡིན་པར་སེམས་ནས་དམའ་འབེབས་གནང་བ་ཡིན་པར་སེམས།
དོན་དངོས་ལ་སྤྱོད་ཀྱི་ཆེན་མོའི་དགོ་ཆུན་ནམས་ལ་སྤྱོད་བྱིད་བྱས་ཀྱང་མ་བྱས་
ཀྱང་སྤྱོད་ཕྱགས་རྒྱལ་ཁབ་ཤོར་སྤྱོད་ནས་སྤྱོད་ཅིང་ཡོད་པ་རེད། །འཇམ་བྱུ་སྤྱིང་གི་
སྤྱོད་ཀྱི་ཆེན་མོའི་དགོ་ཆུན་ཐམས་ཅད་གཅིག་མཐུན་རེད། །སྤྱོད་ཕྱགས་སྤྱོད་མཁན་
རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་ཤོར་སྤྱོད་ཡིན་པ་ལས་སྤྱོད་ཀྱི་ཤོར་སྤྱོད་མིན་པ་དེ་ཤེས་པར་གྱིས། །



ཆབ་མདོའི་དཔོན་རིགས་རི་ལྟར་བཞུགས།

ཆོས་ལོག་བཤད་མཁན་གྱི་སྒྲ་ལོག་ནི་ཉལ་ཐལ་
བཙོང་མཁན་དང་འདྲ།

2021.8.2

ང་རང་ཆོ་ཆོས་དད་བྱེད་མཁན་ནམས་ཆོས་དང་ཆོས་མིན་གྱི་དབྱེ་བ་འབྱེད་
དགོས་པ་ནི་ཉ་ཅང་གལ་ཆེ། ཆོས་ཡང་དག་པ་ཞིག་ལག་ལེན་བྱེད་མཁན་ཞིག་
ཡིན་ན། ཆོས་ཟེར་བ་དེ་བཅུད་ལེན་གྱི་སྒྲ་ལོག་སྒྲ་ཞིག་རེད། དཔེར་ན། ཆེ་བཞི་
དྲངས་མ་ལྟའི་བཅུད་ལེན། སེར་འབྱུ་དྲངས་མ་གནས་འཛོག་ལ་སོགས་པའི་སྒྲ་
ནམས་ཀྱིས་ལུས་ཀྱི་བྱངས་བཅུད་རྒྱས་ཤིང་། ཆོ་རིང་བ་དང་། ཉན་མེད་པ་བྱེད་
པའི་སྒྲ་ལྟ་བུ་རེད། སྒྲ་དེ་སྟེར་མཁན་གྱི་སྒྲ་མ་ཡིན་ན་དགོས་པའི་ནད་པ་ལ་
སྒྲ་སྒྲིན། རང་གིས་ཀྱང་རིང་འཛོ་ཆོ་ཡི་བཅུད་ལེན་གྱི་ཆེད་དུ་སྒྲ་འབྲུང་། མི་
དགོས་ས་ལ་སྒྲ་ཆོང་བྱེད་བགྱི་མ་རེད། དེ་ལ་ཆོས་ཀྱང་དག་དང་སྒྲ་མ་ཡང་
དག་གི་དཔེར་རེད། ཆོས་ལོག་དང་སྒྲ་ལོག་གི་དཔེར་ལ། དེར་དུས་ཀྱི་ཆོས་
བཤད་བྱེད་མཁན་གྱི་སྒྲ་མ་ཕལ་ཆེར་ལྟ་བུ་ཞིག་རེད། ཆོས་བཤད་པའི་ཀུན་སྒྲོང་
དང་། བཤད་སྤངས་ཀྱི་དབང་གིས་བཤད་བྱའི་ཆོས་དེ་ཉལ་ཐལ་དང་། བཤད་
མཁན་དེ་ཉལ་ཐལ་འཛོང་མཁན་གྱི་ཆོང་པ་ལྟ་བུ་ཞིག་རེད། ཁོ་ཆོ་རི་ཆོས་བཤད་
དེ་ནང་ཆོས་ཀྱི་གཞུང་ཡང་དག་དང་འབྲེལ་བ་ཆེར་མེད་པའི་རང་ལུགས་ཀྱི་ཆོས་
ལུགས་དང་། དགོ་བཅུའི་བྲིམས་ལྟ་བུའི་ཆོས་བྲིམས་རེ་གསར་བཅོ་བྱེད། མི་
དམངས་ལ་དབང་རྒྱུར་བྱེད་པའི་ཆེད་དུ། དཔྱལ་བ་དང་། ཡི་དྲགས་སོགས་ཞེད་
སྤང་བསྐྱལ་ཐབས་ཀྱི་རྒྱུང་མང་པོ་ཞིག་བཤད་དེ་མི་ནམས་ཆོངས་པ་དང་། ལེ་ལོ་
སྒྲིད་ལུག་གི་གནས་སུ་བཞོང་། དེ་ལ་བརྟེན་ནས་རང་ལ་གུས་བཀུར་དང་འབྲལ་
བ་ཐོབ་ནས་ཅི་བདེ་བག་ཡངས་ཀྱི་འཛོ་བ་སྐྱེལ་བའི་གོ་སྐབས་ཤིག་ཐོབ་ཅིང་ཡོད་
པ་རེད། ཁོ་རང་ཆོས་བཤད་པའི་ཆོས་དེ་ཁོ་རང་ཆོས་ལག་ལེན་བྱེད་ཅིང་ཡོད་
བ་མ་རེད། དཔེར་ན། དུག་རྫས་ཉལ་ཐལ་འཛོང་མཁན་གྱི་ཆོང་པ་ཆེན་པོ་དེ་

དག་གིས་རང་གིས་ཉལ་ཐལ་འཐེན་ཞིང་ཡོད་མ་རེད། མི་གཞན་ལ་ཉལ་ཐལ་
 བཅོང་། ཉེ་མཐུན་དེ་ཟས་ནོར་གཉིས་མེད་ཀྱི་དབུལ་པོ། ལུས་ཁམས་བདེ་ཐང་
 མེད་པའི་ནད་པ། ཆོ་འདི་སྤྱི་གཉིས་མེད་ཀྱི་འཆལ་པོ་ཞིག་གི་གནས་སུ་བསྐྱེལ།
 ཁོ་རང་ཆོ་ནད་ལ་རྒྱ་ནོར་ཡོད་པ། ལུས་ལ་བདེ་ཐང་ཡོད་པའི་གནས་སྐབས་ཆོང་
 པ་ཆེན་པོ་ཞིག་གིས་མིང་ཐོབ་སྟབས་པ་ཞིག་ཆགས་ཡོད་པ་འདི་ནི། དེང་དུས་པོད་
 ཀྱི་མི་དམངས་དང་། ཆོས་དང་བླ་མའི་འབྲེལ་བ་ཇི་ལྟར་བ་ཞིག་མཐོང་། ང་ཆོའི་
 ལོ་རྒྱུས་ཐོག་དུ་དཔེར་འདི་དང་འདྲ་བ་ཞིག་བྱུང་ཆུང་ཡོད་པ་རེད། ཁམས་དྲར་
 ཅེ་མདོ་ལ་ལྷགས་ལ་རྒྱལ་པོ་ཟེར་བ་ཞིག་ཡོད་པ་རེད། དེའི་མངའ་འོག་གི་དཔོན་
 རིགས་ཨ་གྲུ་ཁ་པ་ཞེ་བརྒྱད་ཟེར་བ་ཞིག་ཡོད་པ་དེ་རྣམས་ནི་ལྷགས་ལ་རྒྱལ་པོའི་
 སྤྱིད་དབང་གི་སྒྲིམ་གཞིའི་ཡ་གྲུལ་ཞིག་རེད། སྤྱི་ལོ་དུས་རབས་ཉི་ཤུའི་པའི་དུས་
 འགོ་ཙམ་ནས་གྲའོ་ཨེར་རྒྱུད་གིས་ལྷགས་ལ་རྒྱལ་པོ་ཡུལ་ལུད། ཨ་གྲུ་ཁ་པ་རྣམས་
 རྒྱ་བོད་བར་གྱི་ཆོང་འབྲེལ་བྱེད་མཐུན་དང་། གནས་ཆོང་ཆགས་ཤིང་རང་སྟོབས་
 རང་སྤེལ་གྱི་སྒོ་ནས་རང་རང་གི་དཔལ་འབྱོར་དང་སྟོབས་ཤུགས་བསྐྱེད་བསྐྱིད་ས་
 བྱེད་སྐབས། རྒྱ་རིགས་ཆོང་པ་ཆོས་ཉལ་ཐལ་བཅོང་། ཨ་གྲུ་ཁ་པའི་བྱིམ་བདག་
 སྤྱིས་པ་པལ་ཆེར་གྱིས་ཉལ་ཐལ་འཐེན་ནས་རིམ་བཞིན་བྱིམ་ཆོང་དེ་ཉམས་གུད་
 ཟུན། བུ་མོ་རྣམས་ཀྱི་ཐོག་དུ་རྒྱ་རིགས་ཆོང་པ་དང་། སྤྱ་པ་རྣམས་མག་པ་བསྐྱད་
 པས་ལོ་ལྷ་བརྒྱ་ཙམ་གྱི་རྗེས་སུ་དམངས་གཙོ་བཙུན་བཅོས་བསྐྱར་བྱེད་པའི་སྐབས་སུ་ཨ་
 གྲུ་ཁ་པའི་བྱིམ་བདག་མང་པོ་ཞིག་རྒྱ་རིགས་ཆགས་ཡོད་པ་ལྟ་བུ་རེད། མདོར་ན།
 བླ་མ་ཡང་དག་གིས་ཆོས་ཡང་དག་བཤད་པ་དེ་སྒྲན་དང་གཅིག་རེད། བླ་ལོག་
 གིས་ཆོས་ལོག་བཤད་པ་དེ་ཉལ་ཐལ་དང་གཅིག་པ་རེད།

དེ་རིང་ང་དང་ཚོད་པ་བྱེད་མཐུན་རྩེ་ཆོ་རིང་བཀྲ་ཤིས་ལྟ་བུ་ནི་ཉལ་ཐལ་
 འཆོང་མཐུན་དང་གཅིག་པ་རེད། དཔེར་ན། ཐོག་མར་གྲུ་སར་ལྷགས་ནས་ཆོས་
 ལ་སྟོབ་སྟོང་གང་འཆོམས་ཤིག་བྱས་ཤིང་ཆོས་པའི་གྲུལ་དུ་བསྐྱད། དེ་ནས་གནས་
 བསྐྱར་ཆོས་མཇལ་དང་། གྲུ་བསྐྱར་གྱི་མིང་ཐོག་ནས་དགོན་པ་གཞན་དུ་ཟུན། རོ་
 མོ་རྣམས་དང་འགྲོགས་པས་འཇིག་རྟེན་འཆོ་བའི་གནས་ལ་ཡིད་སྟོན་ཤིང་། དེ་

ནས་སྒྲིམ་པ་དམ་ཚིག་དེ་དག་བསྐྱར་འདོད་མེད་པ་དང་སྐྱེ་བོའི་ཁྱོད་ཏུ་ཞུགས།
 དེར་དགོར་བས་དང་དད་བས་མེད་པས་འཆོ་བ་སྐྱེལ་དཀའ་བའི་གནས་སུ་གྱུར་
 པ་དང་། སྤྱར་ཡང་རྟིང་མ་པའི་ལུགས་ཀྱི་སྐྱེ་མིན་སེར་མིན་གྱི་ཆོས་བཤད་བྱེད་
 མཁན་ཞིག་བྱས། སྤྱར་ཆོས་ཀྱི་རིག་གཞུང་ལ་གང་འཆམས་ཤིག་སྤྱངས་སྤྱང་པས་
 ཆོས་ལུགས་ཀྱི་རྒྱུན་ཤེས་ཅུང་ཟད་ཡོད་པ་དང་། བ་ཡུལ་འབྲོག་པ་ཡིན་སྟབས་ཁ་
 རྩེ་བདེ་པོ་ཡོད་པ་སོགས་ཀྱི་མཐུན་རྐྱེན་ལ་བརྟེན་ནས། ང་ཆོས་ཉོན་དེ་ཁ་ལ་
 བལྟས་ན་ཆོས་བཤད་མཁས་པ་འདྲ་པོ་ཞིག་མཐོང་ཞིང་ཡོད་སྟབས། མི་གང་
 འཆམས་ཤིག་མགོ་བསྐྱར་ཐུབ་ཅིང་ཡོད་པ་རེད། འོན་ཀྱང་ཁོ་རང་བཤད་པ་དེ་
 ཁོ་རང་གིས་ཉམས་ལེན་མི་བྱེད་པ་མ་ཟད་ཞིབ་ཏུ་བལྟས་ནས་དེ་ལས་སྒྲིག་པའི་
 ལས་ཀ་ཤིང་སྟག་བྱེད་པ་སྤང་། བོད་རིགས་གཞིན་ཅུ་རྣམས། དེར་དུས་སྤྱི་མཐི་
 ཆོས་བཤད་ཟེར་བ་དེར་ཉན་སར་ཞུགས་ན་རང་ཉིད་བྱན་གཡོག་འགྱུར་བའི་ཆེད་
 ཏུ་མགོ་བསྐྱར་གྱི་ལས་འབྲལ་ཞིག་གི་ནང་ཏུ་ཞུགས་པ་རེད། ཁོ་ཆོའི་ཆོས་འཆད་
 ཉན་ལ་ཞུགས་ན་དགོས་པ་ཡོད་མེད་བརྟག་དབྱེད་བྱ་འོས། རྩ་ཆོ་རིང་བཀྲ་ཤིས་
 ལགས། ཁྱོད་ཆོ་སྤྱོད་རིགས་དེ་དག་བོད་མི་དམངས་པ་གནོད་པ་ཆེན་པོ་བྱས་
 དང་བྱེད་བཞིན་པ་རེད། ཉེ་ཆར་གཞིས་ཀ་ཅེ་རྣམ་སྤྱིང་རྫོང་ནས་དུད་ཆང་ཞིག་
 གི་ཨ་མས་ས་བཞོ་ས་ནས་གཟི་རྒྱ་མིག་གསུམ་པ་གཅིག་རྟེན་པ་རེད་ཟེར། ལོ་
 གཅིག་ཙམ་གྱི་རྗེས་ལ་དུད་ཆང་དེའི་བྱིམ་ཏུ་ར་ལུག་ཤི་བ་སོགས་གོགས་རྒྱུན་ཅུང་
 ཟད་བྱུང་བ་དང་། སྤྱི་མ་ཞིག་ལ་མོ་ལུང་ཞུས་པར། སྤྱི་མས་ཁྱོད་རང་ཆོ་གཟི་དེས་
 གདོན་འདུག་པས་དེ་རྒྱ་ནང་དབྱུགས་དང་གདོན་བགོགས་ཞི་འགོ་གསུངས་པས།
 ཉེ་བའི་ཉིན་ཤས་སྤྱོད་ལ་ཨ་མ་དེས་གཟི་དེ་བྱིར་སོང་ནས་རྒྱའི་ནང་དབྱུགས་པ་
 རེད་ཟེར། ཁོ་ཆོའི་བྱ་དེ་ཏུ་གཤམ་བྱེད་ནས་ངའི་གོགས་པ་ཞིག་ལ་བཤད་བྱུང་
 ཟེར། སྤྱི་མ་སྤྱོད་རྒྱུན་རྒྱུན་ཞིག་གི་ཆོག་གཅིག་གིས་དུད་ཆང་གཅིག་གི་སྤོར་མོ་འབུམ་
 སྟག་མང་པོ་ཞིག་སྤྱད་ཅིག་གིས་རྒྱའི་ནང་ཏུ་དབྱུགས་པ་རེད། རང་གི་མགོ་ལ་
 སྤྱད་པ་ཡོད་བེད་སྤྱོད་ཡག་པོ་ཐོངས། རྒྱུན་རྒྱུན་དེ་དག་གི་བཀའ་ལ་མ་ཉོན།
 གལ་སྲིད་ཉན་འབྲས་བྱ་དེ་འདྲ་འབྱུང་ངེས་རེད།

ཡོན་ཏན་ལྷངས་ན་བདེ་སྤྱིད་འབྱུང་ངེས་ཡིན།

2021.8.6

མིག་སྒར་ང་ཚོ་པོད་རིགས་རྣམས་ལ་དགོས་གཤམ་ཆེ་བའི་བསམ་སྒོ་ཞིག་ཁྱུ་
ཡིན། གཙོ་བོ་བསམ་སྒོ་གཏོང་དགོས་ས་དེ་རང་གི་བྱ་རྒྱུད་རྣམས་ཀྱི་མཐུན་ལམ་
དེ་རེད། དེས་ན་ཆང་མས་སུ་གྱུ་རྣམས་སྒོ་བ་གྱུར་སྒྲུལ་ཞིང་ཡོན་ཏན་ཡོད་པའི་མི་
རྒྱུད་གསར་པ་ཞིག་བྱ་སྒྲུབ་རྒྱུ་དེ་ལ་ཆེ། སྤྱིར་དེང་རུས་འཛམ་གླིང་ཐམས་ཅད་
ཡར་རྒྱས་འགོ་བཙུག་པ་རེད། དེ་དང་རུས་མཚུངས་སུ་ང་རང་ཚོ་པོད་རིགས་མི་
དམངས་ཀྱི་འཚོ་བའི་ཆ་རྒྱུན་ཡང་གང་འཆམས་ཤིག་ཡར་རྒྱས་འགོ་བཙུག་པ་འདི་
རེད། གནའ་སྤྱི་མོའི་རུས་སུ་ལེ་དབར་བརྒྱ་ལྷག་ཅིག་གི་སར་འགོ་དགོས་ན་ཉིན་
ལམ་གཉིས་གསུམ་ཅམ་ཞིག་བརྒྱུད་ནས་འགོ་དགོས་སྐབས་ཚུ་ཆོད་སུམ་ཅུ་བཞི་
བརྒྱ་རེ་ཅམ་འགོར་ཞིང་ཡོད་པ་རེད། དེང་རུས་ས་ཡི་གོ་ལའི་ཤར་རྒྱབ་བར་
ལའང་ཚུ་ཆོད་བརྒྱ་ལྷག་རེ་ཅམ་ལས་མི་འགོར་བ་ཆགས་ཆར་པ་རེད། དེ་བཞིན་
རུ་ངའི་ས་ཡུལ་སྡེ་དགེ་ནས་ལྷ་སར་གནའ་རུས་ཆོང་དོན་གྱི་ཆེད་རུ་སོང་ན་ཟླ་བ་
གཉིས་གསུམ་འགོར་བ་རེད། དེང་རུས་སྡེ་དགེ་ནས་ལྷ་ས་ལ་མཁུགས་བསྐྱོར་བྱས་
ན་ཉིན་གཅིག་གིས་བསྐྱོར་ཆོག་པ་ཆགས་ཆར་པ་རེད། འདི་དག་ཆང་མ་སྤྱི་
ཚོགས་ཡར་རྒྱས་ཀྱི་གྲུབ་འབྲས་རེད། སྤྱི་ཚོགས་ཡར་རྒྱས་ཟེར་བ་དེ་སྒོ་བ་གསོ་
ཡར་རྒྱས་དང་། ཆོན་རིག་ཡར་རྒྱས། དཔལ་འགྱུར་ཡར་རྒྱས་བཅས་ཀྱི་མཐུན་
རྒྱུན་ལ་བརྟེན་ནས་བྱུང་བ་ཞིག་ཡིན་པ་བཤད་མ་དགོས་པ་རེད། དེ་ནི་འགོ་བ་
མོའི་རིགས་སྤྱི་མོང་གི་འབད་བཙོན་ལ་བརྟེན་ནས་འཚོ་བའི་མཐུན་རྒྱུན་ཡར་
རྒྱས་ཕྱིན་པའི་གནས་ཚུལ་ཞིག་རེད། ང་རང་མི་སྤྱིར་གྱི་དོས་ནས་བཤད་ན་རྒྱུང་
རུས་རང་ལོ་བརྒྱུད་དགུའི་སྐབས་སུ་རིག་གནས་གསར་བརྗེའི་སྐབས་དེར་ང་ལ་
དབྱར་རུས་ལྷམ་མེད་པ། དགུན་རུས་དོར་མང་ཁྱོན་རྒྱ་མེད་པ། རུས་རྒྱུན་བཀའ་
སྤྱོད་གིས་མནར་བའི་འཚོ་བ་སྒྲུལ་དགོས་པ་ཞིག་ཡིན། ངས་ད་ལྟོ་རྒྱུན་པ་
ཞིག་ལ་སྤྱི་ལོ་༡༩༩༧ལོ་གཤམ་གཤམ་གྱི་རུས་སུ་དབྱར་རུས་ཆར་རྒྱུང་ཆེན་པོའི་

ནང་དུ་རི་འགོར་ཐོག་རྩི་འགོ་སྐབས་རྒྱུ་ལ་ལྟམ་ཁྱོན་རྒྱ་མེད་སྐབས་རྒྱུ་ལ་ལྟ་
 ཅང་གྲང་བས་བཏང་མ་ཐག་པའི་ཐོག་གི་རྒྱ་བ་ཆ་པོ་དེ་འདྲ་བཅའ་ཞིང་། སྐར་
 མ་ཁ་ཤས་ལ་རྒྱ་བ་ཆ་པོ་དེའི་ནང་དུ་རྒྱུ་ལ་བཅུག་སྟེ་དྲོད་གསེས་བྱེད་ཅིང་ཡོད།
 དེ་ལྟ་བུའི་སྤང་བྱུག་ཅིག་གི་འཆོ་བ་དེ་ལོ་ལྟ་བུའི་རྩིས་སྤང་ལྟ་བུའི་འཆོ་བ་དེ་
 གནའ་སྤུ་མོ་སྟེ་དགོ་རྒྱལ་པོའི་འཆོ་བ་ལྟ་བུ་ཞིག་ཆགས་པ་རེད། སྤྱིར་དུས་རབས་
 གྱི་འགྱུར་བའི་དབང་གིས་མི་ཚང་མ་ལ་དེ་འདྲ་བའི་འགྱུར་ཕྱོག་བྱུང་ཡོད།
 དམིགས་བསལ་ང་རང་ལ་མཆོན་ནས་བཤད་ན་དེ་ལས་འགྱུར་ཕྱོག་ཆེ་བ་ཞིག་
 བྱུང་ཡོད་པ་ནི་རིག་གནས་སློབ་སྦྱོང་བྱས་པའི་གྲུབ་འབྲས་ཡིན། དཔེར་ན། སྐབས་
 དེར་ང་དང་མཉམ་པའི་སྤྱ་གྲུ་དེ་དག་ད་ལྟ་བུས་གོས་གང་ལའང་དགའ་ངལ་
 མེད་པ་འཆོ་བ་སྤར་ལས་ལྟག་པའི་འགྱུར་ཕྱོག་བྱུང་ཡོད་ཀྱང་། ང་ལྟ་བུའི་འགྱུར་
 ཕྱོག་བྱུང་ཡོད་མཁན་གཅིག་གྱུང་མི་འདུག་པ་དེ་ནི་ཡོན་ཏན་ལ་སློབ་སྦྱོང་བྱས་
 མིན་གྱིས་བྱུང་པར་ལས་བྱུང་བ་གསལ་པོ་རེད། ང་ཚུང་དུས་སློབ་སྦྱོང་ལ་དགའ་
 པོ་ཡོད། འོན་ཀྱང་སློབ་སྦྱོང་གི་ཆ་ཁྱེན་ཏེ་ཅང་སྤྱུག་པོ་ཡིན། ཡི་གེ་འབྲི་ས་ཤོག་བྱ་
 མེད་སྐབས་དགུན་དུས་ཁ་བ་བབས་དུས་གངས་ཀྱི་ནང་དུ་ཡི་གེ་འབྲི་སྦྱོང་བཞིན་
 ཡོད། རྒྱ་ཡིག་སྦྱོང་རྒྱ་ལ་དགའ་པོ་ཡོད་ཀྱང་སློབ་སྦྱོང་གི་ཆ་ཁྱེན་མེད་སྐབས་
 རང་སྦྱོང་གང་འཆམས་བྱས། ཤང་གི་ལས་བྱེད་པ་ནམས་འཕྲོག་པའི་ནང་དུ་ལས་
 ཀ་ལྟ་ཞིབ་ཡོང་སྐབས། ངས་ང་རང་གི་མིང་དང་། ས་མའི་མིང་ལ་སོགས་རྒྱན་
 སྦྱོང་གི་རྒྱ་ཡིག་རྩི་ལེབ་རྒྱུ་དུའི་ཐོག་དུ་འབྲི་རོགས་ཟེར་ནས་ཉར་ཆགས་བྱས།
 དེར་བརྟེན་ང་ལོ་ན་གཞོན་ཡང་ཡོན་ཏན་རྒྱུང་ཞིག་ཡོད་པ་ཞིག་ཆགས་ཤིང་
 དཔལ་སྤངས་མཉམ་འབྲེལ་སྤྲོན་ཁང་ནང་དུ་ལས་ཀ་ཐོབ། དེ་ནས་སི་ཁྱོན་ཞིང་
 ཆེན་པོ་ད་ཡིག་སློབ་གྲུའི་ནང་དུ་ཡིག་རྒྱགས་འཕྲོད་པས་དེར་སློབ་སྦྱོང་བྱས། སློབ་
 ཐོན་བྱུང་རྩིས་པོ་ཅིང་དུ་གྱུང་དབྱང་མི་རིགས་སློབ་གྲུ་ཆེན་མོའི་ནང་དུ་དགོ་ཤན་
 གྱིས་ལས་ཀ་ཐོབ་པ་རེད། དེ་ལ་བརྟེན་ནས་ད་ལྟའི་འཆོ་བ་འདི་བྱུང་པ་རེད།
 དེས་ན་ཡོན་ཏན་སྤངས་ན་བདེ་སྤྱིད་འབྱུང་ངེས་ཡིན་ཟེར་པའི་རྒྱ་མཆོན་དེ་
 ཡིན། །

དེད་དུས་ཁམས་པ་བྱུན་པོ་ཡིན་པའི་རྟགས་མཚན་དག།

2021.8.16

དེ་རིང་ངས་ང་ཚོ་ཁམས་པའི་རང་སྤྱོད་རང་བཟོད་ཅིག་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། ཞུ་དགོས་པའི་རྒྱ་མཚན་དེ། ད་ནངས་ཐོད་རིག་པ་སྤྱི་བཤད་སྤྱིང་ལ། སྤྱ་མིང་ཉི་གཞོན་ཟེར་བ་ཞིག་གིས་དེད་དུས་ལྟ་ལོག་དང་། རྟོག་སད་ཡིན་ཟེར་མཁན་སྤྱ་སྤྱལ་ཚོ་ལ་དགག་པ་བྱེད་མཁན་དེ་པལ་ཆེར་ཁམས་དང་ཨ་མ་འདོ་བ་རེད། དཔུས་གཙང་བ་ལ་ལྟ་ལོག་དང་རྟོག་སད་མེད་པའི་རྒྱ་མཚན་གང་རེད། ཅེས་གསུང་པ་ལ་བརྟེན་ནས་ངས་ལན་འདི་ལྟར་འདོད་བྱུང་། ཁམས་དང་ཨ་མ་འདོ་ལ་མ་གཏོགས་ལྟ་ལོག་དང་རྟོག་སད་མེད་པ་མ་རེད། སྤྱོད་པ་ལོག་པའི་སྤྱ་ལོག་དང་སྤྱལ་ལོག་ཁྲམ་པ་དང་། རྩམ་པ་དེ་དག་ཁམས་དང་ཨ་མ་འདོ་མ་གཏོགས་དཔུས་གཙང་ལ་མེད་པའི་རྒྱ་མཚན་གྱིས། ཁམས་དང་ཨ་མ་འདོ་ནི་ན་གཞོན་རྒྱུ་ཁམས་ཀྱིས་ཁྲམ་པ་དང་། རྩམ་པ་རྩོམ་པ། རྟོན་རྟོགས་ནས་ཁོ་ཚོའི་སྤྱོད་ངན་ལ་དགག་པ་བརྒྱབ་པ་རེད་མ་གཏོགས་ཁོ་རང་ཚོ་ལྟ་ལོག་དང་། རྟོག་སད་གང་ཡང་མ་རེད། ཡིན་པ་ལ་ཡིན་པ་བཤད་པ་རེད། དཔུས་གཙང་སྤྱོགས་ལ་སྤྱ་སྤྱལ་ནང་དུ་དེ་ལྟ་བུའི་ཁྲམ་པ་ཁྲམ་ནས་ཉ་ལམ་མེད་པ་ཞིག་རེད། དེས་ན་དགག་པ་ཡང་རྒྱུ་དགོས་དོན་མི་འདུག །དཔེར་ན། དེད་དུས་རྒྱ་ནག་གི་གྲོང་ཁྱིམ་རྒྱུ་ཁམས་སྤྱོད་ན་སྤྱང་ལམ་ནང་དུ་འདིར་གད་སྤྱོགས་མ་དོར། ཁ་ལྟར་མ་འཕེན་ཟེར་བ་ལྟ་བུའི་བརྟ་ཡིག་སྤྱོད་པ་མ་གཏོགས། འདིར་གཅིན་སྤྱོད་གཏོང་མ་ཡོང་ཟེར་བའི་ཡི་གེ་གིས་པ་མ་མཐོང་། འོན་ཀྱང་ཐོད་ལ་སོང་ན་ལྟ་ས་གཙོས་པའི་མདོ་དཔུས་ཁམས་གསུམ་གྱི་གྲོང་པའི་སྤྱང་ལམ་ནང་དུ། གཅིན་སྤྱོད་གང་བྱུང་མ་གཏོང་ཟེར་ནས་གིས་ཡོད་པ་འདི་གཏོང་མཁན་ཡོད་ནས་གིས་པ་ཞིག་རེད། རྒྱ་ཡུལ་ལ་སྤྱང་ལམ་ནང་དུ་གཅིན་སྤྱོད་གཏོང་མཁན་མེད་སྤྱོད་སྤྱོད་གཏོང་མ་ཡོང་ཟེར་འགྲིས་དགོས་དོན་ཡོད་མ་རེད། དེ་བཞིན་དུ་སྤྱ་ལོག་དང་སྤྱལ་ལོག །ཁྲམ་པ་དང་རྩམ་པའི་རིགས་ཀྱི་གཏོར་སྟོན་དང་། སྤྱོད་པ་ཟེར་བ་འདི་དག་དཔུས་གཙང་ལ་མེད་པས་དགག་མ་དགོས་པ་

དང་། ཁམས་དང་ཨ་མ་དོའི་ཚྱུགས་སུ་ཡོད་པས་དགག་དགོས་པའི་རྒྱ་མཚན་
རེད་སྟེ། དེའི་འཕྲོ་ལ་རྩ་མིང་ཨ་མོ་ལྷག་ཇི་ཟེར་བ་ཞིག་གིས་བྱེད་རང་གིས་
གནད་དོན་འདི་ལས་འཕྲོས་ཏེ། གསུང་བཤད་མདོར་བསྟུས་ཤིག་གནད་རོགས་
ཟེར། ངས་དེ་ལ་བརྟེན་ནས་ཁམས་པ་སྤྱོད་པོ་ཡིན་པའི་རྟགས་མཚན་ཟེར་བའི་
དོན་ཚན་དགུ་དབྱེ་ནས་ཁྱེད་འདོད་བྱུང་། འགྲིག་མིན་དབྱུང་གཞིར་གནད་རོགས།

༡ གཏེར་སྟོན་དང་གྲུབ་ཐོབ་ཚད་མ་ཡོད་ས་ཁམས་པ་རེད། རྒྱ་མཚན་དེས་
ཁམས་པ་སྤྱོད་པོ་ཡིན་པ་སྟོན། ཁམས་པ་དང་། རུམ་པ་དེ་དག་མི་སྤྱོད་པོ་ཡོད་ས་
མ་གཏོགས་འབྲུབ་སྟོན་བྱ་ཡུལ་མེད། སྤྱོད་པོ་གྲུབ་ཐོབ་དང་། སྤྱོད་པོ་གྲུབ་
ལྷག་ན་རྟོགས་ལྡན། ཁམས་པ་དང་རུམ་པ་ལ་སྤྱོད་པོ་ཡོད་ས་དང་། གཏེར་སྟོན་ཟེར་
ནས་ཡིད་ཆེས་མཁན་ཁམས་དང་ཨ་མ་དོའི་མི་རྒྱུས་རེད། དེས་ན་སྤྱོད་པོ་མང་
ས་ལ་གྲུབ་ཐོབ་དང་། གཏེར་སྟོན་ཡོང་པའི་རྒྱ་མཚན་དེ་རེད། ངས་ཤེས་པ་ཞིག་
ལ་ཉེ་བའི་ཆར་ཐེ་དགའི་ཡུལ་དུ་སྤྱོད་པོ་ཁ་ཤས་བྱུང་ཡོད་པ་དེ་དྲག་འགའ་
ཞིག་གིས་མིའི་མགོ་ལ་རྩོག་ལྟུང་ནས་ཁྲག་ཐོན་པ་བྱས་ཡོད་ཀྱང་སྤྱོད་པོ་རྒྱུས་
གྱིས་དེ་ལ་བྱིན་གྱིས་བསྐྱབས་པར་བསྐྱོམས་པ་དང་། དེ་བཞིན་དུ་སྤྱོད་པོ་གཞན་
ཞིག་ཐེ་དགའི་གོང་གི་སྤང་ལམ་ནང་དུ་སྤྱོད་པོ་ཡོང་པའི་རྒྱུ་ཚོད་དང་ཅན་ཁག་
གིས་དེའི་གོས་ཀྱལ་དེ་ལས་དུམ་བུར་བཅད་དེ་དད་རྟེན་དུ་ཉར་ཁྱིའི་ཡོད་པ་
ཐོས། དེ་བཞིན་དུ་རྩ་རྒྱུ་ལ་གཏེར་ལེན་མཁན་དང་། མགོ་ལྷག་གཉན་པོ་གཡུ་
ཚེའི་མཚོ་ནང་ནས་རྒྱ་གཏེར་ལེན་མཁན་སྤྱི་ཁག་ཁ་ཤས་བྱུང་སོང་བ། མི་ཡིས་
བཟོས་པའི་ཅ་ལག་དེ་དག་སྤྱོད་པོ་ཉན་ནས་ཁོ་རང་ཆོས་སྒོག་དུ་པར་སྤྱོད། སྤྱོད་པོ་
མང་པོ་འབོད་ཅིང་གཏེར་ལེན་བཞིན་ཡོད་ཟེར་དྲིལ་བསྐྱགས། དེ་ལ་ཡིད་ཆེས་
ཤིང་མགོ་བསྐྱོར་བྱུང་ས་དེ་ཁམས་པ་མ་གཏོགས་མེད་སྟེ། ཁམས་པ་སྤྱོད་པོ་
ཡིན་པའི་རྟགས་དང་པོ་དེ་ཡིན།

༢ སྤྱོད་པོ་བཀའ་རྒྱུར་མི་གསོད་སར་བཏང་ནའང་ཁས་ལེན་བྱེད་མཁན་དེ་
ཁམས་པའི་ཡུལ་ལ་ཡོད་རེད། དབུས་གཙང་ཚྱུགས་སུ་སྤྱོད་པོ་དང་ཡོན་བདག་
མཚན་ཡོན་གྱི་འབྲེལ་བ་དེ་ཆོས་གྱི་འབྲེལ་བ་རེད། སྤྱོད་པོ་ཀྱང་ཆོས་གྱི་མཚན་པ་

ལས་གཞན་པའི་རེ་བ་མེད་ལ། ཡོན་བདག་གིས་ཀྱང་གསོལ་འདེབས་དང་སྟོན་
 ལམ། ཡོན་འབྲལ་ཕུལ་བ་ལས་གཞན་པའི་རེ་བྱ་ཡོད་མ་རེད། ཁམས་སྟོགས་སུ་
 ཡོན་བདག་ཡིན་ཟེར་བ་དེ་དག་སྤྲོ་མའི་རྒྱལ་གྱི་ལྷ་བྱ་ཞིག་རེད། དཔེར་ན། འཕྱི་
 མཁན་གྱིས་འཕྱི་བ་ལ་གྱི་བཤེ་བ་ལྟར། སྤྲོ་མས་རང་ལ་དམའ་འདེབས་དང་།
 བསྐྱར་འདེབས་བྱེད་མཁན་རྣམས་ལ་གཞོད་པ་བྱེད་པའི་ཆེད་ཡོན་བདག་རྣམས་
 གཏོང་ཞིང་། སྤྲོ་མའི་སྤྱད་གྲ་བསྐྱལ་ན་དགེ་བ་མཚན་ཏུ་གྱུར་པ་ཡིན་ཚུལ་གྱིས་
 བཀའ་སྟོབ་ལྟར་སྤྲོ་མའི་ཆེད་ཏུ་མི་གསོད་མཁན་དང་། དེང་ཏུས་མི་གསོད་མཁན་
 གྱི་སྤྲོ་མ་པལ་ཆེར་ཡང་ཁམས་པ་རེད། དཔེར་ན། ཉེ་བའི་ལོ་ཤས་སྟོན་ཏུ་བྲུ་མིང་
 ཏུ་ཆོ་བ་མདའ་རྒྱལ་ཟེར་བའི་གྲུ་པ་སྟོ་གྲོས་ཅན། སྤྱིང་སྟོབས། ཆོས་ལོག་འགོག་
 མཁན་ཞིག་བྱུང་ཞིང་ཁོང་གིས་གྲུ་པ་མཐའ་འགའ་ཞིག་གི་སྤྲོ་མ་རྣམས་ལ་དོགས་
 སྟོང་བྱས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་ཁམས་སྟོགས་ཀྱི་དགོན་པའི་ནང་ཏུ་ཁོང་ལྷ་ལོག་དང་།
 དམ་ཉམས་ཡིན་པ་དྲིལ་བསྐྱབས་བྱས་སོང་། དེ་ནས་མི་རིང་བ་ཁོང་བསྐྱགས་པ་
 རེད། དེ་བཞིན་ཏུ་ངའང་འདྲིགས་སྤུལ་གྱི་ཁ་པར་གཏོང་མཁན་དང་། མཐུ་ཟོར་
 གཏོང་རྒྱ་ཡིན་ཟེར་ནས་འདྲིགས་སྤུལ་བྱེད་མཁན་བྱུང་ཡང་ང་ལ་འདྲིགས་སྤུལ་
 བྱུང་ཡང་ངས་ལུ་མཐུད་ངོ་རྒྱལ་བྱས་པ་ཡིན། དེ་ནི་ཁམས་པ་སྤྱན་པོ་ཡིན་པའི་
 རྟགས་མཚན་གཉིས་པ་རེད།

༡ འདས་ལོག་ཟེར་བ་དཔུལ་བའི་ཡུལ་ཏུ་འགོ་ནས་ཡར་སླེབས་ཡོང་མཁན་
 ལ་ཡིད་ཆེས་བྱེད་མཁན་ཁམས་པ་རེད། ས་ཡི་གོ་ལའི་ཐོག་ཏུ་མི་ཤི་ཆར་ཏུས་
 དཔུལ་བའི་ཡུལ་ཏུ་འགོ་ནས་གཤིན་པོ་གཞན་གྱི་ཆ་འཕྲིན་བྱིར་ནས་ཡར་སླེབས་
 ཡོང་མཁན་དེ་ཁམས་པའི་ས་ཆ་མ་གཏོགས་ཡོད་མ་རེད། དཔེར་ན། དེང་ཏུས་
 ཁྲོ་ཁོག་ལྷ་མ་དང་། ཡ་ཆེན་སྐར་གྱི་ངོ་མོ་འདས་ལོག་པ་རྒྱུ་པ་དེ་འདྲ་ཁམས་
 སྟོགས་ལས་མེད་པ་དང་། དེ་ལ་ཡིད་ཆེས་མཁན་ཡང་ཁམས་སྟོགས་མ་གཏོགས་
 མེད་པ་རེད། དེ་ཁམས་པ་སྤྱན་པོ་ཡིན་པའི་རྟགས་མཚན་གསུམ་པ་རེད།

༢ བསྐྱབ་སྟོན་ཉམས་ཀྱང་ཆོས་གོས་ཀྱི་ནས་སྤྲོ་མ་འབྲལ་སྟོན་པ་ཁམས་
 སྟོགས་མ་གཏོགས་ཡོད་མ་རེད། དབུས་གཙང་སྟོགས་དང་དགེ་ལུགས་པའི་སྤྲོ་མ་

ཡིན་ན་རང་གི་རྒྱུད་ལ་བསྐྱབ་སྒྲིལ་ཡོད་ན་ཆོས་གོས་གྱོན། བསྐྱབ་སྒྲིལ་ཉམས་ན་
 ཆོས་གོས་སྤང་ཅིང་ཆོས་ལུགས་ཉམས་ལེན་བྱེད་མཁན་ཡོད་པ་ནི་ཚུལ་མཐུན་གྱི་
 ལུགས་སྒྲིལ་རེད། ཁམས་སྤྱོད་ཀྱི་སྒྲིལ་བྱེད་པ་དཔེར་ན། མཐའ་ཡས་དོ་རྩེ་
 ལྟ་བུ། རང་ལ་ཡོན་ཏན་མེད། སྤྱི་ལ་སྒྲིལ་པ་མེད་ཀྱང་ཆོས་གོས་གྱོན། ཆ་སྒྲུག་
 བཏགས། བྱི་ཐོག་བསྐྱད། མནའ་མ་ཁ་ཤས་བྲིད། ཐན་སྤྱག་བྱི་སྤྱག་བྲིད་བྲིད་བྱེད་
 མཁན་གྱི་བྲིམས་མེད་ལུགས་མེད་གྱི་སྒྲིལ་ལག་དང་། སྤྱི་ལ་ལག་དེ་འདྲ་ཁམས་
 སྤྱོད་སྤྱོད་མང་པོ་ཡོད་ཅིང་། དེ་ལ་དད་པ་བྱེད་མཁན་ཡང་ཁམས་པ་མ་གཏོགས་
 ཡོད་མ་རེད། དེ་ནི་ཁམས་པ་སྤྱན་པོ་ཡིན་པའི་རྟགས་མཚན་བཞི་པ་རེད།

༥ དོན་དངོས་ལ་ལེ་དབར་གཅིག་གི་སྤྱི་ལོགས་གྱི་ས་ཆ་ལ་མི་སྤྱད་དང་གང་
 ཞིག་བསྐྱད་ཡོད་མེད་མི་ཤེས་མཁན་གྱི་མི་ཞིག་གིས་མི་གཞན་རྣམས་སྤྱི་བ་སྤྱི་མ་
 ལུས་རྟེན་གང་འདྲ་ཞིག་ཏུ་སྤྱོད་ཡོད་པ། མི་གང་ཞིག་གྱི་ལུས་སྤངས་ཡོད་པ་དང་།
 རྟ་ལུས་སྤངས་ཡོད་པ། དམུལ་བར་སྤྱོད་ཡོད་པ། བདེ་བ་ཅན་ཏུ་སྤྱོད་ཡོད་པ་
 སོགས་དོ་ཆ་མེད་པའི་སྒྲིལ་ནས་བཤད་བྱུང་མཁན་སྤྱི་མ་དེ་འདྲ་ཁམས་སྤྱོད་མ་
 གཏོགས་ཡོད་མ་རེད། སྤྱི་མ་རྩམ་པ་དེ་ལྟ་བུ་ལ་དད་པ་བྱེད་མཁན་ཡང་ཁམས་
 སྤྱོད་སྤྱོད་མ་གཏོགས་ཡོད་མ་རེད། དཔེར་ན། ཉེ་དུས་བར་ཡོད་པའི་སྤྱི་མ་ཨ་
 རྒྱུ་ཟེར་བ་ལྟ་བུ་རེད། དེ་ལ་དད་པ་དང་ཡིད་ཆེས་བྱེད་མཁན་ཁམས་པ་མ་
 གཏོགས་ཡོད་མ་རེད། དེ་ཁམས་པ་སྤྱན་པོ་ཡིན་པའི་རྟགས་མཚན་ལྔ་པ་རེད།

༦ རྒྱལ་ཁབ་གྱི་བྲིམས་དང་འགལ་བའི་དགོན་པའི་སྤྱོད་བྲིམས་གྱིས་མནར་
 གཅོད་དང་ལེན་བྱེད་མཁན་ཁམས་པ་རེད། དེར་དུས་ཁམས་སྤྱོད་ཀྱི་སྤྱི་མ་མང་
 པོ་ཞིག་སྤྱོད་བྱ་རྒྱུ་མ་འདྲོད། གཞུང་ཞབས་པ་རྒྱུགས་མ་འདྲོད་པའི་མཐར་
 དགོན་པའི་ནང་དུ་སོང་ནས་གྲུ་པ་བྱས་པ་མང་ཞིང་། འགའ་ཞིག་རྒྱུ་རྟེན་ཡོད་
 མཁན་དེ་ཆོ་སྤྱོད་སྤྱོད་དང་མཁན་པོ་གྱུར་པ་ཞིག་ཡིན་སྤྱོད་སྤྱོད། ཁོ་ཆོའི་ཡིད་སྤྱོད་
 གཅོ་པོ་གཞན་ལ་དབང་བསྐྱར་བྱ་རྒྱུ་དེ་རེད། མི་མང་རྣམས་ཆོས་ལ་དད་པ་
 ཡོད་པའི་གོ་སྐབས་དེ་འཛིན་ཞིང་ཁོ་རང་ཆོས་དགེ་བཅུའི་བྲིམས་གཅོ་པོར་བྱས་
 པའི་མི་དམངས་ལ་ཟས་བྲིམས་དང་གོས་བྲིམས། ལས་བྲིམས་དང་ཆོང་བྲིམས།

ས་བྲིམས་དང་དོ་བྲིམས་སོགས་ཀྱིས་མི་དམངས་ལ་མནར་གཅོད་དང་། དབང་
སྒྱུར་བྱེད་མཁན་ཁམས་པའི་སྤྱོད་པ་ལྟར་ལྟོས་པའི་མི་སྤྱོད་པའི་ཆུ་
མཚན་ལ་བརྟེན་ནས་ཁམས་སྤྱོད་སྤྱོད་ཆུལ་ཁབ་ཀྱི་བྲིམས་དང་འགལ་བའི་དགོན་
པའི་བྲིམས་དང་། སྤྱོད་པའི་བྲིམས་སོགས་ཀྱིས་མི་དམངས་ལ་གཉའ་གནོད་བྱེད་
པའི་དཀའ་ངལ་མང་པོ་ཞིག་ཡོད་པ་ཞིན་ཡོད་པ་དེ་དག་དང་ལེན་བྱ་མཁན་ཡང་
ཁམས་པའི་མི་དམངས་མ་གཏོགས་ཡོད་པ་རེད། དེ་ཁམས་པ་སྤྱོད་པའི་ཆུ་
མཚན་ལྟར་ལྟོས་པ་རེད།

༡ གཞུགས་མེད་ལྟ་འདྲའི་ཆེད་དུ་འབྲུག་ཚོད་བྱེད་མཁན་ཁམས་པ་རེད། དེར་
དུས་མདོ་དབུས་ཁམས་གསུམ་ཡུལ་དུ་ལྟ་དང་སྤྱང་མའི་ལ་རྒྱ་ཆེད་དུ་འབྲུག་ཚོད་
བྱེད་མཁན་ཁམས་པ་རེད། ལྟ་པར་དུ་ཆབ་མདོ་དང་བྲག་གཡབ་སྤྱོད་སྤྱོད་ཆུལ་
ལྟ་སྤྱང་ལ་དམའ་འབེབས་དང་བསྐྱར་འདེབས་བྱས་ན་གསལ་ལེ་ཡིན་ཟེར་ནས་
འཛིགས་སྤྱུལ་གྱིས་ཁ་པར་གཏོང་ཟེས་བྱེད་མཁན་མང་པོ་ཡོད་ཟེར། ལྟ་དང་
སྤྱང་མ་ཟེར་བ་དེ་དགོས་དོན་གང་ཟེར་གྱིས་པར་གྱིས། ང་ཚོའི་ལྷགས་སྤྱོད་ལ། ལྟ་
སྤྱང་ཟེར་བ་དེ་མི་སྤྱང་མཁན་རེད་མ་གཏོགས། མི་ཡིས་ལྟ་སྤྱང་པར་བསྤྱང་
དགོས་ན་ལྟ་དེ་ང་ཚོའི་ཁུར་པོ་ཞིག་ཆགས་ཆར་པ་རེད། དེ་ལྟར་ན་ལྟ་དེ་ཡོད་པ་
ལས་མེད་ན་དགའ་ངེས་རེད། ང་ཚོས་ལྟ་དང་སྤྱང་མ་ལ་འཕྲིན་བཅོལ་བྱ་བའི་
དོན་དེ་བདག་རང་ཉིད་ལ་སྤྱང་སྤྱོད་ཐོབ་པའི་ཆེད་དུ་རེད། དེ་ལྟར་འཛིག་རྟེན་
ལྷགས་ལས་ལྟ་པའི་སྤྱོད་པའི་ལས་ཀ་བྱེད་མཁན་དེ་ཁམས་སྤྱོད་པ་ཡོད་རེད།
དེ་ཁམས་པ་སྤྱོད་པའི་ཆུ་མཚན་ལྟར་ལྟོས་པ་རེད།

༢ ཉིན་རེ་ལ་རྒྱལ་བའི་བཀའ་འགྱུར་སྤྱི་ལྟ་ཆུག་ཅམ་སྤྱོད་འདོན་བྱེད་མཁན་
གྱི་སྤྱོད་པ་དེ་ཁམས་སྤྱོད་པ་གཏོགས་ཡོད་པ་རེད། དེ་ལ་ཡོད་ཆེས་མཁན་གྱི་མི་
ཡང་ཁམས་སྤྱོད་པ་མ་གཏོགས་ཡོད་པ་རེད། ཆང་མས་འདིང་གཅིག་རྒྱུ་དང་།
དེར་རབས་འཕྲུལ་ཆས་ནང་དུ་པར་ལོག་བྱས་ནའང་པལ་ཆེར་ཉིན་རེ་ལ་སྤྱི་ལྟ་
ཆུག་ཅམ་ལས་པར་བྱེད་བྱི་མ་རེད། དེས་ན་མི་ཞིག་གིས་སྤྱི་ལྟ་ཆུག་ཅིག་རི་
ལྟར་བསྐྱགས་ཟིན། མགོ་བསྐྱར་འདྲ་གཏོང་ནའང་ཡོད་ཆེས་མཁན་གྱི་མི་སྤྱོད་པ་

དེ་འདྲ་ཁམས་སྤྱགས་སུ་མ་གཏོགས་ཡོད་མ་རེད། རྒྱ་མཚན་དེ་ལ་བརྟེན་ནས་ལྷ་
མ་ཡང་རྩམ་པ་དེ་འདྲ་བ་དེ་ཁམས་སྤྱགས་སུ་མ་གཏོགས་ཡོད་མི་སྲིད་པ་ཞིག་
རེད། དེ་ཁམས་པ་རྒྱན་པོ་ཡིན་པའི་རྟགས་མཚན་བརྒྱད་པ་རེད།

༡ རྒྱ་ཁོར་གང་ཡོད་ལྷ་རྩ་ཉ་གསུམ་གྱི་ཆེད་རུ་འགྲོ་སོང་གཏོང་མཁན་ཁམས་
སྤྱགས་སུ་ཡོད། འཛམ་བུ་སྤྱིར་གི་མི་རྣམས་ཀྱི་ཐུན་མོང་གི་ཡུགས་སྤྱོད་ལ། སྒྲོར་
མོ་ལ་སོགས་རྒྱ་ཁོར་གང་ཡོད་དེ་བུ་རྒྱད་ཀྱི་སློབ་གསོ་དང་། ས་མའི་བདེ་ཐང་།
རང་གི་འཆོ་རྟེན་གྱི་ཆེད་རུ་གཏོང་བཞིན་ཡོད་པ་རེད། ཁམས་སྤྱགས་ཀྱི་ཆོང་པ་
ལ་སོགས་འབྱོར་ལྷན་གྱི་མི་དེ་དག་གིས་རང་གི་བུ་རྒྱད་རྣམས་སྦྱེས་ཟིན་པ་དང་
སྤྱོད་པོས་ཡོད་ཅམ་གྱིས་ལས་འགན་འགྲུབ་པར་བསམ་ཞིང་། རིག་གནས་སློབ་
གསོའི་སྒྲོར་ལ་གསོ་སྦྱོང་བུ་རྒྱུའི་དམིགས་ཡུལ་དང་འཆར་གཞིའི་ཆེད་རུ་འགྲོ་སོང་
གཏོང་མཁན་སུ་ཡང་མེད་པས། ཁམས་པའི་ཐུག་པོ་རྣམས་ཀྱིས་བུ་རྒྱད་རྣམས་
མཁས་པ་སྤྲད་གྲགས་ཅན་གསོ་སྦྱོང་བུས་པ་གཅིག་ཀྱང་མ་མཐོང་། ཁམས་པའི་ལྷ་
མ་རྩམ་པ་རྣམས་ཀྱིས་སྤྱོད་པོ་ལ་བརྟེན་ནས། ཁོ་ཆོ་སྤྲད་གྲགས་སྤོང་པ་ཞིག་གི་
ཆེད་རུ་སྒྲོར་མོ་ས་ཡ་དང་། འབྲུམ་ཐེར་མང་པོ་འགྲོ་སོང་བཏང་ནས་དགོན་པའི་
ནང་རུ་ལྷ་སྦྱ་ཆེན་པོ་དང་། མཚོད་ཆས་མང་པོ་བཞེངས་ཏེ་དཔལ་འབྱོར་ཆུད་
ཟོས་གཏོང་བའི་རིགས་གཅིག་དང་། ཡང་། རྒྱན་པོ་འགའ་ཞིག་གིས་སྤྱི་རྒྱལ་ཐུག་
པོ་རྣམས་ཀྱི་ལད་སྒྲོས་བྱེད་ཅིང་རྩ་ལ་རིན་པོང་མཐོན་པོ་སྒྲོར་མོ་འབྲུམ་ཐུག་མང་
པོ་སྤྲད་ནས་ཉོ་ཞིང་རྒྱུ་རྒྱུ་བྱེད་པ་ནི། བོད་ཀྱི་གཏམ་དཔེ་ལ། སྤྲུག་མཚོང་
སར་ལ་མཚོང་། ལ་ངན་མ་སྤྲོད་ཆོག་བྱད། ཟེར་བའི་དཔེར་དེ་རེད། ཡང་། ལྷ་
ལོག་རྣམས་ཀྱིས་སྤྱོད་པོ་ལ་བརྟེན་ནས་སྤྱོད་པོ་ལྷན་པའི་སྤྲད་གྲགས་
སྤོང་པ་ཞིག་ཐོབ་པའི་ཆེད་རུ་རྒྱ་སྤྲོད་དང་། རྒྱ་ཉ་ཆོང་པ་རྣམས་ཐུག་པོའི་ལམ་རུ་
འགྲོ་བའི་རིགས་བྱེད་ཅིང་ཡོད་པ་རེད། དེ་ལྟར་སྒྲོར་མོ་ཡོད་ཀྱང་རྒྱན་པོ་ཡིན་
པའི་དབང་གིས་འགྲོ་བ་མིའི་རིང་ཡུགས་ལས་གོ་སྤྲུག་པའི་རྒྱན་སྦྱོང་བྱེད་པ་ནི།
ཁམས་པ་རྒྱན་པོ་ཡིན་པའི་རྟགས་མཚན་དགུ་པ་རེད། །

རྟིང་མ་པའི་སླ་མ་ཚོས་སྐྱལ་སྤྱིའི་མཚན་བྱང་བཅོང་ཡོད།

2021.8.18

རྟིང་མ་པའི་མཁན་པོ་བླ་མིང་གཉན་གངས་སྐྱུག་ལགས། བྱོད་རང་གིས་ང་ལ་
 སྟོར་མོའི་ཆེད་དུ་མི་རིགས་མ་བཅོང་གསུངས་པའི་ལན་དུ། ང་ལ་བཅོང་རྒྱ་དང་
 ཉེ་རྒྱའི་ཐོབ་ཐང་དང་རྒྱས་པ་གཉིས་ཀ་མེད། སྟོར་མོའི་ཆེད་དུ་ནང་ཚོས་དང་།
 སྐྱལ་སྤྱིའི་མཚན། སླ་མའི་མཚན་བཅོང་མཁན་བྱོད་རང་རྟིང་མ་པ་ཚོ་རེད། བྱོད་
 རང་ཚོས་ཐུབ་བསྟན་ཐུན་ཚོགས་ཀྱིས་དབྱུག་པ་ལེབ་བརྒྱང་བྱེད་ཡོང་གི་འདུག་
 ཟེར་བའི་བསམ་འཆར་ལ་བརྟེན་ནས་ངས་དེ་རིང་རྟིང་མ་སྤྱི་ལ་དགག་པ་མེད་པ་
 མ་ཟད་དད་པ་དང་གྲས་བཀུར་གྱི་སྟོན་སྟེར་རྟིང་མ་བཟང་པོ་རྣམས་ལ་ཐོག་ཐུག་
 མི་འགོ་བའི་ཆེད་དུ། རྟིང་མ་པའི་ནང་དུ་སྟོར་མོ་མཐོང་ན་སྐྱལ་མགོ་ལའང་སོ་
 འདེབས་མཁན་ཉུང་ཤས་ཁག་གཅིག་དམར་ཆེན་དུ་ཐུད་ནས་བཤད་རྒྱ་ཡིན།
 དང་པོ་སྐྱལ་སྤྱི་བཅོང་མཁན་བདུད་འཛིན་མས་རིན་པོ་ཆེ་རེད། སལ་ཆེར་སྤྱི་ ༡༩༥༠
 ལོའི་ནང་ཅམ་ལ་ཤང་ཀང་དུ་རྒྱ་རིགས་སྐྱུག་པོ་ཞིག་རྟིང་མའི་སྐྱལ་སྤྱི་ཞིག་ངོས་
 འཛིན་གནང་སྟེ་དེ་ལ་རྒྱ་སྟོན་བསོད་ནམས་དར་རྒྱས་ཞེས་མཚན་གསོལ་ཡོད་པ་
 དེ་རེད། གཉིས་པ་དཔལ་ཡུལ་པད་རྣམ་རིན་པོ་ཆེ་རེད། རུས་རབས་གོང་མའི་
 ལོ་རབས་བརྒྱད་ཅུའི་པའི་ནང་ལ་ཐོག་མར་ཨ་རིའི་སྟོག་བརྟན་འབྲུབ་སྟོན་པ་
 གྲགས་ཆེན། སི་ཏི་རྒྱ་རྟིང་མའི་གཏིར་སྟོན་ཞིག་གི་སྐྱལ་སྤྱི་ངོས་འཛིན་གནང་བ་
 ཡོངས་གྲགས་རེད། དེ་དང་རུས་མཉམ་ཅམ་དུ་ཨ་རིའི་རྒན་མོ་ཞིག་ལ་ས་ཆེན་
 པོ་ཞིག་ཡོད་པ་དེ་ཐོབ་པའི་ཆེད་དུ་རྒན་མོ་དེ་མཁའ་འགོ་ཡེ་ཤེས་མཚོ་རྒྱལ་གྱི་
 སྐྱལ་སྤྱི་ངོས་འཛིན་ནས་ས་དེ་བདག་པོར་བྱས་པ་རེད། གསུམ་པ་ཀ་ཐོག་ཚོག་ཅ་
 སྐྱལ་སྤྱི་རེད། རྒྱ་ནག་གི་སྟོག་བརྟན་འབྲུབ་མཁན་ཀང་ཐེ་ལིན་ཟེར་བ་དེ་རྟིང་
 མའི་སྐྱལ་སྤྱི་ངོས་འཛིན་ནས་དམ་ཚེས་ཡེ་ཤེས་རིན་པོ་ཆེ་ཟེར་མཚན་གསོལ་བ་

དེ་རེད། དེ་དག་ནི་སྒྲོར་མོ་རག་ན་སྤྱལ་སྤྱུ་བཅོང་བའི་ལོ་རྒྱུས་རེད། དེ་ནས་ཆོས་
བཅོང་བའི་ལོ་རྒྱུས་ནི། དམ་ཆོས་ཉམས་ལེན་བྱ་བ་ལ་ཕོ་མོའི་བྱུང་པར་མེད་
ཀྱང་། འདུལ་བྱིམས་འཛིན་པའི་དགེ་འདུན་པའི་སྡེ་བཅུགས་པ་ལ་འདུལ་བྱིམས་
དང་མཐུན་པ་ཞིག་དགོས་པ་ནི་སངས་རྒྱུ་ཤུག་ཐུབ་པའི་དགོངས་པ་རེད། དེར་
དུས་གསེར་རྟ་དང་ཡ་ཆེན་རྣམས་ཀྱིས་སློབ་མ་ཐོབ་པའི་ཆེད་དུ། རྒྱ་རིགས་སྒྲོར་
མོ་སློང་མཁན་རྣམས་ཕོ་མོའི་དབྱེ་བ་མེད་པ་དང་། དགེ་རྒྱལ་སློང་གི་དབྱེ་བ་
མེད་པ་གཟན་ཤམ་རེ་བསྒྲོན་ནས་དགེ་འདུན་པ་ཞེས་ར་ལུག་མཉམ་བསྡེ་ལྟ་བུའི་
ཆོས་ཆོགས་བཅུགས་པ་ནི་ཆོས་བཅོང་བའི་ལས་ཀ་རེད། སྤྱི་མའི་ཐོབ་ཐང་།
སྤྱལ་སྤྱུའི་ཐོབ་ཐང་། དགེ་འདུན་པའི་ཐོབ་ཐང་ཆང་མ་བཅོང་མཁན་དེ་བྱོང་
རང་ཆོ་རེད། ང་ནི་གྲུ་པའི་ནང་དུ་ཡར་ཞུགས་མ་ཐོང་། མར་ལོག་མ་ཐོང་།
དམངས་གཙོ་བཅོས་བསྐྱར་བྱེད་དུས་ལོ་གཉིས་ཡིན། གྲུ་པ་བྱེད་པའི་དུས་ཆོད་
མེད་པ་གསལ་པོ་རེད། ཡོན་ཏན་རྩལ་ཟུང་ཤེས་པ་ནི་རིག་གནས་གསར་བརྗེའི་
སྐབས་སུ་སློག་དུ་ཐང་ལ་ཆོ་དབང་། ཡོན་ཏན་ཕུན་ཆོགས། སྐབས་ཆེ་ཕན་བདེ།
ཡོན་ཏན་དཔལ་བཟང་། དབུ་མཛེད་བཟོད་པ་སོགས་ཀྱི་མདུན་ནས་སློབ་སྦྱོང་
བྱས་པ་ཡིན། བཅོས་བསྐྱར་སྒོ་འབྱེད་རྗེས་སུ་སི་ཁྲོན་ཞིང་ཆེན་བོད་ཡིག་སློབ་
གྲུའི་ནང་དུ་སློབ་སྦྱོང་བྱས། སློབ་གྲྭ་ནས་ཐོན་རྗེས་རྒྱ་ནག་དུ་ལས་ཀ་སྤྱོད་པ་ཡིན།
སྐབས་དེར་ལག་སྟེ་གཅིག་མ་གཏོགས་གང་ཡང་བྱིར་རྒྱ་མེད། ཆོས་བཅོང་རྒྱ་མེད།
རིག་གནས་བཅོང་རྒྱ་མེད། མི་རིགས་བཅོང་རྒྱ་མེད། བཅོང་བའི་རྣམ་པ་ཡང་
མེད་དེ། ང་སྤྱི་མ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཞེས་རྟོག་མའི་སྤྱི་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་སྤྱི་མག་གཉན་
གངས་རྒྱུག་གི་ཚེ་འདྲི་བའི་ལན་དུ་རྒྱལ་ཁམས་པ་ཐུབ་བསྟན་ཕུན་ཆོགས་དེས། ཕྱི་
ལོ་༢༠༢༡ལོའི་ཟླ་བ་བརྒྱད་པའི་ཆོས་བཅོང་བརྒྱུད་ཉིན་ཤིན་དུ་ནས་སྤྱིངས། །

ལྷན་རྒྱ་རྒྱུད་བའི་རྟགས་ལ།

2021.8.25

ཚོས་ལྷགས་ཁོ་ན་སྤྱོད་པ་ནི། །
 མཐོང་རྒྱ་མེད་པའི་ལྷས་ངན་རེད། །
 དཔེར་ན་བྱི་ཕག་ལྷན་པའི་ནང་། །
 མི་གཙང་བ་ལས་མེད་པ་བཞིན། །

ལ་སང་ཚོགས་པ་ཞིག་གི་ནང་དུ་མི་ཞིག་གིས་སྤྱོད་པ་སྤྱན་སྤྱན་ཚོགས་ཀྱི་པོད་
 ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་སྤྱི་དོན་པར་རྒྱ་རྒྱ་གའི་ཕྱུ་མིག་ ཁྱེད་པ་དེ་ཡག་པོ་འདུག་ཀྱང་སྤྱོད་རྒྱུ་
 རུ་ཞིག་ཡོད་པ་ནི། ཁོ་རང་བཀའ་བརྒྱུད་པ་ལ་དགའ་པོ་བྱེད་མཁན་ཞིག་ཡིན་
 སྤྱོད་པ་བཀའ་བརྒྱུད་པའི་སྤྱོད་དེ་ཉུང་ཙམ་དང་། དགེ་ལྷགས་པའི་སྤྱོད་དེ་མང་
 ཙམ་ཞིག་འདུག་ཟེར། ལྷན་ཆ་དེ་ནི་ལྷན་རྒྱ་རྒྱུད་བའི་རྟགས་རེད། ལྷན་པའི་
 རང་དུ་ཚོས་ལྷགས་ཁོ་ན་ལས་གཞན་གང་ཡང་དུན་རྒྱ་མེད་པ་ནི་བྱི་ཕག་གི་ལྷན་
 པའི་རྒྱ་ཙམ་ལས་མེད་པ་ཞིག་རེད། དཔེར་ན། བྱི་ཕག་གཉིས་ལ་སྤྱན་མོང་གི་
 བསམ་པ་ནི་བཟའ་བྱའི་དངོས་པོ་མི་གཙང་བ་ཆབ་ཆེན་ཞིག་བཙལ་བའི་སྒོ་ཞིག་
 དང་། སྤྱན་མོང་མ་ཡིན་པའི་བསམ་པ་ནི། བྱི་ཡིས་སྤྱག་པ་ལས་གཞན་པའི་
 བཟའ་བྱ་ཤ་དང་། རུག་ཕོག་ལྟ་བུ་ཞིག་སྒོ་ཡུལ་དུ་འཁོར་སྤྱོད་ལ། ཕག་པ་ལ་དེ་
 ལྟར་མིན་པ་རྒྱ་ཀྱང་དང་། ཤིང་ཐོག་ལྟ་བུའི་བཟའ་བྱ་ཞིག་སྒོ་ཡུལ་དུ་འཁོར་སྤྱོད།
 དེ་ལས་གཞན་པའི་དངོས་པོ་ལྷན་པའི་ནང་དུ་ཤོང་དཀའ་བ་ཞིག་རེད། དེང་
 དུས་ཚོས་ལྷགས་སྤྱོད་སྤྱོད་བྱས་པའི་ཤུ་འབྲུམ་འདི་ཚོ་ནི་དེ་དང་མཚུངས་པ་ཚོས་
 ལྷགས་སྤྱོད་མཐའི་སྤྱོད་པ་ཞིན་དང་། དཀའ་ཟུང་དང་དམར་ཟུང་། སྤྱོད་བསྤྱོད་དང་
 ཚོ་ཐར་ལ་སོགས་པའི་གཏམ་ཁོ་ན་མ་གཏོགས་ལྷན་པའི་ནང་དུ་རིག་གནས་
 གཞན་དག་ཤོང་དཀའ་བ་ཞིག་རེད། དཔེར་ན། དཔུ་ཕར་འདུལ་མཛོད་ཀྱི་

དགོངས་དོན། ས་ལམ་རྣམ་བཞག་རིམ་པ། ཉམས་ཉོག་གི་བྱང་ཚས་སོགས་ནི་
ཉིལ་འབྱུ་ཅམ་ཡང་མེད་པ་ཞིག་རེད།

སྐད་འཕྲིན་ཚོགས་པ་བཅུགས་པ་ནི། །
སྤྱི་འཕྱོར་རིག་གསུམ་ལ་སོགས་པའི། །
འཇིག་རྟེན་འཆོ་ཐབས་སྤྱི་སྤྱོད་ཀྱི་རེད། །
དེ་ལས་འགལ་བའི་ཚས་བཤད་མཁན། །
ཟུ་ལོག་འདི་དག་བཀག་ན་ལེགས། །

སྐད་འཕྲིན་ཚོགས་པ་བཅུགས་པའི་དམིགས་ཡུལ་དེ་དྲ་བའི་ཚོགས་པ་བརྒྱད་
ནས་སྤྱི་འཕྱོར་རིག་གསུམ་གྱི་སྐོར་ལ་བཤོ་སྤྱོད་ཅུང་ཟད་བྱས་ན། ར་ཆོ་བོད་གྱི་
ས་ཁུལ་ལྟ་བུ་ལྟར་པ་ཁྱལ་གྱི་དང་། སྤྱི་ཚོགས་གྱི་ཆ་འཕྲིན་དར་རྒྱས་ཆེན་པོ་
མེད་པའི་ས་ཁུལ་རྣམས་མི་ལ་སྤྱད་པའི་སྐོ་སྤྱོད་ཞིང་། སུ་ཚུན་ཞིང་འཕྲོག་ཞོར་
གསུམ་གྱི་ལས་རིགས་དང་། ཚོང་ལས་སོགས་ལ་ཆ་འཕྲིན་སྤྱོད་ཞིང་སྤྱོད་པ་དྲན་
པའི་ལས་ཀ་བྱེད་པའི་སྤྱོད་སྤྱོད་ཡོད་སྤྱོད། སྤྱོད་སྤྱོད་དེའི་ཐོག་ཏུ་ཟུ་ལོག་འབྲས་
གང་ཡང་མེད་པའི་ཚས་བཤད་སྤྱོད་པ་དང་། ཟུ་ལོག་མཐའི་འཐབ་ཚད་ཁོ་ན་བཤད་
དེ་དོན་ཆེན་བཤོ་སྤྱོད་གི་གོ་སྐབས་འཕྲོགས་པ་དང་། ཏུས་ཚོད་འཕྲོ་བརྒྱག་བྱེད་
མཁན་དེ་རིགས་ལྟ་ཚོགས་ཁག་ནས་སྤྱོད་དབྱུངས་ན་ལེགས།

ཚོས་ལུགས་བཤོ་སྤྱོད་བྱ་བའི་ཡུལ། །
དགེ་འདུན་འཕྲིན་ཚོགས་བཅུགས་ན་ལེགས། །
བོད་ལ་སུ་པ་མེད་ན་ཡང་། །
རིགས་མཐུན་བཤོ་སྤྱོད་བྱས་ན་བདེ། །

ཚོས་ལུགས་བཤད་བསམ་ན་དགེ་འདུན་པའི་འཕྲིན་ཚོགས་ཤིག་བཅུགས། དེའི་
ནང་ཏུ་མདོ་སྤྱོད་གཉིས་ཀྱི་གཞུང་ལུགས་ཀྱི་སྐོར་རྣམས་ཅི་དགའ་གང་བདེ་
བཤོ་སྤྱོད་བྱས་ན་ཚོས་གཞུང་སྤྱོད་གཉིས་བྱེད་མཁན་རྣམས་ལ་ཟུར་བྲིད་དང་།
སྐོར་དཔོན་གྱི་གོ་ཚད་པ་ཞིག་རེད། དེས་དགེ་འདུན་པ་སྤྱོད་སྤྱོད་བྱེད་མཁན་
རྣམས་ལ་སུ་ཐོགས་པ་དང་། སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་ལས་ཀ་བྱེད་མཁན་བོད་པ་སྤྱོད་ལ་

གནོད་པ་མེད་པ་ཞིག་རེད། དཔེར་ན། དབྱ་མའི་ཚོགས་པ། འདུལ་བའི་ཚོགས་པ། རྒྱུད་སྤེའི་ཚོགས་པ་འདྲ་པོ་བཅུགས་ནས་དེ་དང་འབྲེལ་ཡོད་ཀྱི་རིག་གཞུང་སྟོར་བཤོ་སྤྱོད་བྱས་ན་རང་རང་གི་ཆེད་སྤྱོད་ལ་ཡར་རྒྱས་སྟོབ་ངེས་རེད། འོན་ཀྱང་དེ་ལྟ་བུའི་ཚོགས་པ་རྣམས་དག་ཅིག་ཡོད་ན་ཁོ་ཚོ་དེའི་ནང་དུ་འཇུག་མི་ལུས་ཏེ། ཁོ་ཚོས་ཚོས་ཀྱི་རིག་གཞུང་གང་ཡང་མི་ཤེས་པའི་ཕྱིར།

མཁས་པ་རྣམས་ཀྱིས་རང་རང་གི།

ཆེད་ལས་བཤད་ན་སྤྱིར་ལ་ཕན།

ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པའི་འཁྲབ་སྟོན་གྱིས།

རང་འདོད་བཤད་ན་རང་མཚང་སྟོན།

དེ་རིང་སློ་བཟང་པོར་རྩི་དང་མཁས་དབང་ཆེན་མོ་རྩི་ཆེ་རིང་འགྱུར་མེད་རྣམས་གཉིས་བཤོ་སྤྱོད་བྱས་པའི་སྐད་འཕྲིན་དུམ་བུར་ཞིག་ལ་ཉམ་རྩིས་ཀྱི་བསམ་པའི་འཆར་སྟོ་ལ། མཁས་པ་ཡིན་ཟེར་བ་དེ་རང་རང་གི་ཆེད་ལས་ལ་མཁས་པ་དེ་ལ་ཟེར། ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པའི་མཁས་པ་ཞིག་ས་སྤོང་ན་ཡོད་མི་སྤྱོད་པ་རེད། ཉེ་སྟོན་སློ་བཟང་པོར་རྩིས་གསོ་རིག་སྤྱོད་ཟེར་བའི་ཚོགས་པ་ཞིག་གི་ནང་དུ་ཉོག་དབྱིབས་ནད་དུག་གི་སྟོར་ལ་བཤོ་སྤྱོད་བྱེད་སྐབས། བད་དུག་དང་ནད་འབྱུའི་སྟོར་ལ་བཤོ་སྤྱོད་བྱས་པ་དེ་གནད་དང་ལྡན་པ། རྒྱ་མཚན་ཡོད་པ་ཞིག་མཐོང་། ཁོ་རང་གི་ཆེད་སྤྱོད་ནད་འབྱུལ་ཞིབ་འཇུག་ཡིན་ལའང་འདུག་པ་དེ་ནི་མིང་དོན་མཚུངས་པའི་མཁས་པ་ཞིག་ཡོང་བའི་རེ་བ་འདུག་བསམ་པ་ཞིག་བྱུང་། འོན་ཀྱང་དེ་རིང་རྩི་ཆེ་རིང་འགྱུར་མེད་དང་ཞང་ཞུང་རིག་གནས་སྟོར་ལ་བཤོ་སྤྱོད་བྱས་པ་དེ་ཉོན་རྩིས་ལོ་རྒྱས་ཞིབ་འཇུག་གི་ཁ་སྤྱོད་ས་ཅམ་ཡང་མི་ཤེས་པའི་དཔོན་ཁྲུག་ནང་གི་ཤུ་ཆ་ན་སྤྱོད་པ་ཞུ་ཚུགས་ཅན་དེ་འདྲ་པོ་ཞིག་ཡིན་པའི་སྤྱང་བ་ཞིག་འཆར་བྱུང་། དེ་ལ་བསམ་གཞིགས་བྱས་པས་རང་གིས་མ་ཤེས་པའི་གནས་ཚུལ་དང་། རིག་གཞུང་སྟོར་ལ་ཤེས་ཚུལ་གྱིས་བཤད་ན་ལྷན་པོའི་རང་མཚང་སྟོན་པ་ཞིག་རེད། དཔེར་ན། སློ་བཟང་པོར་རྩིས་ནད་དུག་སྟོར་ལ་བཤད་ན་ཁྲུངས་ཁྲུང་ཡོད་པ་དང་། རྒྱ་མཚན་ལྡན་པ། ཉན་ན་རིན་ཐང་ཡོད་པ་ཞིག་དང་། ལོ་རྒྱས་

བཤད་ན་སྒྲིན་པ་ལྷ་ཚུགས་ཅན་ཞིག་ཡིན་པའི་སྤང་བ་འཆར་རྒྱུ་དེ་ཁོ་རང་
ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་འབྲུག་ནས་སྤར་དགོན་པའི་ནང་དུ་གང་ཐོས་དེ་བསྐྱར་
བཤད་བྱས་པའི་རྒྱུ་གིས་རེད། དེས་ན་སྤང་རྒྱ་རྒྱུ་དེའི་ནང་དུ་གང་ཞིག་
ཤོད་ཡོད་པ་དེ་བཤད་ན་ཡག་ཤོས་རེད། དེར་དུས་བྱ་ཚུམས་ནང་དུ་ཚོས་བཤད་
བྱེད་མཁན་འདི་དག་ནི་དུས་ཚོད་ཚུད་ཐོས་ཀྱི་རྒྱ་རྒྱ་མཐོང་།

ཚོང་དང་སོ་ནམ་ལས་ཀའི་རིགས། །

དུས་དང་བསྐྱར་པའི་ཆ་འཕྲིན་དང་། །

རང་རང་བདེ་སྐྱུག་ཉམས་ཐོང་ནམས། །

ཐུན་མོང་བཤོ་སྤོང་བྱས་ན་ལགས། །

མིག་སྤར་ཆ་འཕྲིན་གྱི་དུས་རབས་འདི་ལ་མི་རྣམས་ཕན་ཚུན་འབྲེལ་བ་དམ་པོ་
བྱེད་ཅིང་ཚོང་དང་སོ་ནམ་གྱི་ལས་རིགས་རྣམས་སྤར་དང་མི་འདྲ་བའི་ཡར་རྒྱས་
གཏོང་ཐབས་ཀྱི་ཤེས་ཡོན་རིགས་ཉིན་ལྟར་གསར་པ་ཐོན་ཞིང་ཡོད་པ་འདི་དག་
ཤེས་ཐུབ་ན་རང་གི་ལས་ཀ་ལ་ཕན་ཐོགས་ཆེན་པོ་ཡོང་གི་རེད། དེས་ན་ཚོགས་
པའི་ནང་དུ་ཉིན་ལྟར་རང་ལ་ཁེ་ཚོང་གང་ཞིག་ཐོབ་པ་དང་། དེ་ཐོབ་པའི་མཐུན་
རྒྱུ་གང་བྱུང་། དེ་བཞིན་དུ་ཕམ་ཁ་གང་ཞིག་རག་བྱུང་། དེ་རག་པའི་འགལ་
རྒྱུ་གང་ཞིག་ཡིན་པ་སོགས་ཀྱི་གནས་ཚུལ་རྣམས་ཚོགས་པའི་ནང་དུ་ཐུན་མོང་
གི་སྤྱོད་ལུལ་བྱས་ན་ཚོང་མ་ལ་བཟང་པོ་ཐོབ་པའི་མཐུན་རྒྱུ་ལ་འབད་བཙོན་
དང་། ངན་པ་ལས་ཐར་པའི་འགལ་རྒྱུ་ལས་གཡོལ་བའི་ཐབས་ཤེས་བདེ་སྐྱུག་
དང་དུ་ཤེས་ཐུབ་པ་ཞིག་རེད།

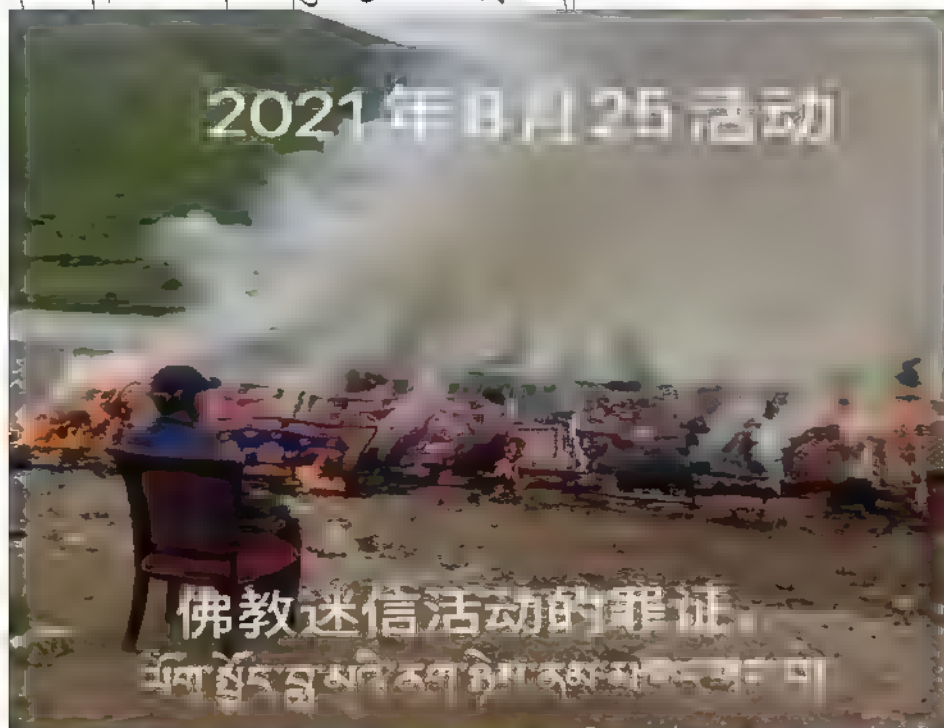
ནག་ཉེས་ཅན་ལ་རྒྱུ་རྐྱེས་ཀྱི་བསམ་སྒྲིལ་དགག་པ།

2021.8.31

ཐོད་རྒྱུ་མི་རིགས་གཉིས་ཀྱི་ཡོད་པའི་ཐུན་མོང་གི་སྒྲིན་ཆ་གཅིག་ཡོད་པ་ནི། སྤྱི་
 ཚོགས་ཐོག་དུ་ནག་ཉེས་བྱེད་མཁན་དེ་ལ་ཐོག་མ་ཉིད་ནས་རྒྱུ་རྐྱེས་ཀྱི་བསམ་སྒྲིལ་
 སྤྱིས་པ་དེ་རེད། དེའང་ཐོད་དུ་སྤྲོ་ལོག་གྲ་ལོག་དེ་ཚོའི་ནང་དུ་མང་ཤོས་རེད།
 དེ་རིང་ངས་བཤད་སའི་ཡུལ་གཙོ་བོ་དང་དཔེར་མཚོན་ས་དེ་རྩ་ཆེ་རིང་བཟུ་
 ཤིས་ཟེར་བའི་གྲ་ལོག་དེའི་བསམ་སྒྲིལ་རྒྱུ་རྐྱེས་ཡིན། ཉེ་སྔོན་གསེར་རྟའི་ལུང་པ་
 ཞིག་ནས་སྤྲོ་མ་སྒྲིན་པ་འདྲ་པོའི་སྒྲིན་པོ་དེ་དག་གིས་བསྐྱར་བསྒྲིལ་ཟེར་ནས་
 མི་དམངས་ལག་ནས་སྒྲོར་མོ་བསྐྱར་བྱས་བྱས་ཏེ་མར་འཐུར་དང་། ཅུམ་པ། དར་
 རས། གུམ་ཅེ་སོགས་མེར་བསྐྱེད་པ་ཉིན་མཚན་ཁ་ཤས་ལའང་ཚོག་མི་ཐུབ་པ་
 བསྐྱེད་ཡོད་པ་དེ་ལ་མི་མང་པོས་དགག་པ་བྱེད་ཡོད་དུས། རྩ་ཆེ་རིང་བཟུ་
 ཤིས་ཀྱིས་དཔལ་འབྱོར་མེར་སྐྱེད་བྱེད་མཁན་གྱི་རྒྱུ་རྐྱེས་ལངས་ནས་འགྲེལ་
 བཤད་བྱས་སོང་། འདི་ལྟར་བཟང་ངན་གཉིས་ལས་ངན་ཕྱོགས་དང་། དཀར་
 ནག་གཉིས་ལས་ནག་ཕྱོགས་སུ་ལངས་ནས་སྐད་ཆ་བཤད་མཁན་དེ་རྩ་ཆེ་རིང་
 བཟུ་ཤིས་འདིར་དཔེར་མཚོན་ཅུམ་པ་ཡིན་མ་གཏོགས། ཐོད་ཀྱི་སྤྱི་ཚོགས་ནང་དུ་
 མང་པོ་རེད། ལྷག་པར་དུ་སྤྲོ་མ་གྲ་པ་དང་། དེང་དུས་དཔོན་པོའི་སྤྱི་ཚོགས་ནང་
 དུ་བསམ་སྒྲིལ་འདི་འདྲ་ཡོད་མཁན་མང་པོ་རེད།

འདི་ལ་གོ་བདེ་མོ་ཞིག་གིས་བཤད་ན། འཛིགས་སྤྱལ་ཚོགས་པ་ཞིག་གིས་མི་
 ཞིག་འཛིན་བཟུང་བྱས་ཏེ་མནར་གཅོད་བྱས་ཏེ་བསད་ཡོད་ན། འཛམ་བུ་གླིང་གི་
 མི་པལ་ཆེར་བས་འཛིགས་སྤྱལ་ཚོགས་པ་ལ་ངོ་ཚྏ་ལ་གྱི་བསྐྱེད་པ་གཏམ་སྤེལ་ངས་
 རེད། རྩ་ཆེ་རིང་བཟུ་ཤིས་ལྟ་བུའི་ཐོད་རིགས་ཁག་གཅིག་གི་བསམ་སྒྲིལ་དེ་ལས་
 རྒྱུ་རྐྱེས་ འཛིགས་སྤྱལ་ཚོགས་པས་བསད་པའི་མི་དེས་པལ་ཆེར་ཁོ་རང་གིས་
 ཀྱང་ཁོ་ཆོ་ལ་གནོད་པའི་བྱ་བ་ཞིག་བྱས་ཡོད་མིད་ཅེས། ཉམ་ཚུང་ནུས་མེད་དྲང་

བདེན་ཅན་གྱི་མི་དེ་ལ་སྒྲོན་བཅའ་ཞིང་། གདུག་ཚུབ་ཅན་གྱི་དྲག་སྒྱུད་བྱེད་
མཁན་དེ་ལ་དཀར་འདྲོན་བྱ་ཐབས་ཀྱི་བསམ་སྒྲོ་ཞིག་གི་ཐོག་ནས་སྒྲིང་བརྒྱུད་
བྱེད་པ་ནི་ཁོ་ཚོའི་ནོར་འཁུལ་གྱི་བསམ་སྒྲོ་རེད།



དཔེར་དེ་བཞིན་དུ་དེས་ཆོས་ལུགས་པས་འབྲོག་པའི་ས་ཁུལ་དུ་དཔལ་
འབྱོར་གྲོན་བརྒྱུག་གི་བྱ་སྒྱུད་དར་རས་འཕྲུག་གསུམ་དང་། གྲུམ་ཅེ་སོགས་ཕོན་
ཆེན་པོ་འདི་འདྲ་ཞིག་ཆོངས་དད་གི་སྒྲོན་མེར་བསྐྱེད་པ་ལ། རྩ་ཆེ་རིང་བཀྲ་
ཤིས་ཀྱིས་ཆོས་ལུགས་མི་སྣའི་ནག་ཉེས་འགེབ་སྤྱད་བྱ་བའི་ཆེད་དུ། འདི་ལྟའི་
བསྐྱར་མཆོད་གཏོང་བ་འདི་ལ། མཐའ་གཅིག་དུ་ཆོངས་དད་རེད་ཟེར་ན་མི་
འགྲིག་པ་རེད། དམན་པའི་མགྲོན་རིགས་རྣམས་ཆོས་པའི་ཆེད་དུ་བསྒྲོ་བྱའི་དགེ་
བ་ཡིན་པ་དང་། སྒྲོལ་རྒྱུན་རིག་གནས་ཡིན་པ། སྤྱི་རྒྱལ་སྒྲོན་ཐོན་གྱི་ཡུལ་དུ་
ལུགས་སྒྲོལ་འདི་འདྲ་ཡོད་པ་རེད་ཟེར་ནས་ཨེ་ཤའི་ཡའི་ཡུལ་གྱི་རྒྱལ་ཁབ་མ་ལེ་
ཞི་ཡ་དང་། ཀམ་སུ་ཇ་སོགས་གྱི་གནའ་བོའི་ཡུལ་སྒྲོལ་གྱི་གཟིངས་སོགས་མེར་

བསྐྱེགས་བྱས་པའི་པར་རིས་བཏང་ནས་ང་ཚོ་ལས་གཞན་པའི་རྒྱལ་ཁབ་དེ་དག་
ལའང་ལྷགས་སྒྲོལ་འདི་འདྲ་ཡོད་ཅིང་ཅེས་འགྲེལ་བཤད་བྱས་འདུག །བསམ་སྒྲོ་
འདི་ནི་ཡུལ་གཞན་ལ་རྒྱལ་མ་ཡོད་པ་དང་། མི་གསོད་མཁན་ཡོད་པ་རྒྱུ་མཚན་
བྱས་ཏེ་ང་རང་ཚོས་ཀྱང་རྒྱལ་མ་བྱེད་ཚོགས་པ་དང་། མི་གསོད་ཚོགས་པ་ཅིང་ཅེས་
པའི་བསམ་སྒྲོ་རེད། ཚྲིངས་དད་བྱེད་མཁན་དང་། རྗེས་ལྷན་གྱི་བསམ་པ་དེ་ཡུལ་
ཀྱུ་གང་དང་རྒྱལ་ཁབ་གང་ལ་ཡོད་ན་རྗེས་ལྷན་རེད། ཚྲིངས་དད་རེད། རྒྱལ་བེར་
བ་དེ་བོད་ལ་ཡོད་ན་རྒྱལ་རེད། ཕྱི་རྒྱལ་ལ་ཡོད་ན་རྒྱལ་རེད། རྒྱལ་གི་ངོ་བོ་ལ་
འཁྱུར་ཕྱོག་མེད་པ་ལྟར། བྱ་སྤྱོད་ངན་པ་དེ་ཡུལ་གང་ལ་ཡོད་ན་ང་ཚོས་དགག་
པ་བྱ་དགོས་པ་ལས་སྒྲོ་བ་སྤྱོད་བྱ་དགོས་པ་ཞིག་མ་རེད། དེར་རྒྱས་བསམ་པའི་
དཔལ་ཡོན་ཡར་རྒྱས་འགོ་བའི་སྐབས་སུ། འདི་ལྟ་བུའི་དཔལ་འབྱོར་གྲོན་བརྒྱུག་
གི་བྱ་སྤྱོད་དེ་རྒྱལ་པོ་ཡིན་པ་ངོས་འཛིན་ནས་རྒྱལ་ཁབ་སྤྱི་ནང་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་
དགག་པ་དང་། རིམ་བཞིན་སྒྲོལ་ངན་དེ་དག་མེད་པ་བྱས་དང་བྱེད་བཞིན་པ་
རེད། དཔེར་ན། ཀྱང་གོ་ལ་མཚོན་ན་རྒྱུ་ཡུལ་དུ་ལོ་སར་སྐབས་སུ་ཤོག་སྐྱུག་མེར་
བསྐྱེགས་ནས་གཞུང་སྒྲིབ་གཉིས་ནས་དགོང་མོ་རེ་ལ་སྒྲོར་མོ་འབུམ་སྐྱུག་མང་
པོའི་ཤོག་སྐྱུག་མེར་བསྐྱེགས་བྱེད་ཅིང་ཡོད་པ་རེད། བྱ་སྤྱོད་དེས་ཁོར་ཡུག་བཅོག་
པོ་དང་། མཁའ་དབྱགས་འབག་བཅོག་བྱེད་པ་། མི་དམངས་ཀྱི་བདེ་འཇགས་
ལའང་གནོད་སྐྱོན་བྱེད་ཅིང་ཡོད་པའི་གནོད་སྐྱོན་དེ་དག་ངོས་ཟིན་ནས། དེར་
རྒྱས་ལོ་སར་སྐབས་སུ་གོང་བྱིར་ནང་དུ་ཤོག་སྐྱུག་བསྐྱེགས་པའི་བྱ་སྤྱོད་ངན་པ་དེ་
མེད་པ་ཆགས་ཤིང་ཡོད་རེད། མི་རྒྱལ་སྤྱི་ཤེས་རིག་ཡར་རྒྱས་ཡོང་ཞིང་ཚན་
རིག་གི་བསམ་སྒྲོ་རྗེ་རྒྱས་སོང་བས། ལོ་ངོ་སྟོང་སྐྱུག་མང་པོ་བརྒྱུད་ནས་ཡོང་པའི་
སྒྲོལ་རྒྱལ་རིག་གནས་ཡིན་ཡང་། མི་རིགས་དང་འཚོ་བ་ལ་གནོད་སྐྱོན་ཡོད་པའི་
རིགས་རྒྱལ་སྤྱི་ཤེས་རིམ་བཞིན་རང་འགྲུལ་གྱིས་སྤངས་དང་སྤོང་བཞིན་པ་རེད། དེ་ལ་
བརྟེན་ནས་རིམ་བཞིན་དཔལ་ཡོན་ཅན་གྱི་མི་རིགས་དང་ཁོར་ཡུག་བཅས་ལ་
འཁྱུར་ཞིང་ཡོད་པ་རེད། འོན་ཀྱང་བོད་ཀྱི་དགོན་པའི་ནང་དུ་སྤྱོད་ངན་འདི་ཉི་
བའི་ལོ་ཤས་སྐབས་ནས་གསར་དུ་དར་འགོ་ཚུགས་བཞིན་ཡོད་འདུག །

ཆོས་ཀྱི་ནང་དུ་མགོན་པའི་དང་མགོན་དུག་ནམས་ལ་ཡར་མཆོད་མར་སྦྱོན་བྱ་
 བའི་ཆོ་གའི་ནང་དུ། མཆོད་ཇུས་ནམས་ལྟ་སྤྲུལ་ཕྱག་རྒྱ་ཏིང་ངེ་འཛིན་གསུམ་
 གྱིས་སྦྱོང་སྤེལ་བསྐྱར་གསུམ་གྱིས་སྒྲོ་ནས་ཚམ་པ་ཁེལ་བྱ་གང་ཅམ་དང་། དར་
 རས་དུམ་བུ་མཚུབ་མོ་ཅམ་ཞིག་བསྐྱེས་ཏེ་སྤྲུལ་དུག་ཕྱག་དུག་གིས་བྱིན་གྱིས་
 བརྒྱབས་ཤིང་མཆོད་ཇུས་དེ་དག་འདྲོད་ཡོན་ནམ་མཁའི་མཐའ་དང་མཉམ་པ་
 ཞིག་དུ་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་ཏེ་མཆོད་སྦྱོན་བྱ་བ་ནི་ཆོས་ལུགས་ཀྱི་ལུགས་སྤྱོད་རེད།
 སྤྲུལ་དང་། ཕྱག་རྒྱ། ཏིང་ངེ་འཛིན་གསུམ་གྱིས་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་མ་རུས་པའི་
 དངོས་ཇུས་ས་ཡི་གོ་ལ་འདི་ཉིད་མེར་བསྐྱེགས་བྱས་ཀྱང་རིགས་དུག་གི་མགོན་
 རིགས་ནམས་ཆོམ་ཐུབ་བཞིན་མ་རེད། འདི་ནི་འགྲོ་བ་མིའི་རིགས་ཀྱི་འཆོ་བ་ལ་
 གོད་ཆགས་གཏོང་བའི་སྒྱུན་ལས་དེ་བས་ཆེ་མེད་པ་ཞིག་རེད། ཆོས་ལུགས་ཀྱི་ཆོ་
 གའི་གཞུང་དུ་བཤད་པ་ལྟར་ན། མཆོད་ཇུས་ལ་ཆེ་ཆུང་དང་མང་ཉུང་མེད།
 སྤྲུལ་དང་། ཕྱག་རྒྱ། ཏིང་ངེ་འཛིན་གསུམ་མེད་པའི་མཆོད་སྦྱོན་གྱི་ཇུས་རི་ལྟར་
 མང་པོ་ཡོད་ཀྱང་མགོན་རིགས་ནམས་ཆོམ་མི་ཐུབ། དེས་ན་མཆོད་ཇུས་དེ།
 མང་པོ་ཏིང་ངེ་འཛིན་གྱིས་བསྐྱེད། ཁོ་སོར་ཐོབ་པ་སྤྲུལ་གྱིས་བྱེད། ཕྱག་རྒྱས་
 ཡམ་རྒྱལ་འཐབ་ཚོད་མེད། ཅས་གསུངས་ཡོད་པ་རེད།

སྤྱོད་རྒྱུན་སྤྱོད་གསའི་ནོར་འབྲུལ་གཙོ་བོ་ཞིག་ནི། འདྲོད་ཆུང་ཆོག་ཤེས་དགོས་
 རེད་ཅེས་གསུངས་པ་དེ་རེད། དོན་དངོས་ལ་སྒྲ་སྒྲུལ་སྤྱིན་ཡང་འདྲོད་ཆུང་
 ཆོག་ཤེས་ཀྱི་བསམ་སྒྲོ་ཡོད་མ་རེད། ཇི་ཅམ་འབྲུལ་ན་དེ་ཅམ་ལེན་པ་མ་གཏོགས་
 མི་དགོས་ཟེར་མཁན་ཡོད་མ་རེད། ཁོ་ཆོའི་སྤྱོད་གསའི་དམིགས་ལུལ་དེ་མི་
 ནམས་ཀྱི་རྒྱ་ཚོར་ལ་འདྲོད་ཞེན་སྤངས་ཏེ་སྒྲ་མ་ལ་འབྲུལ་དགོས་པའི་ཐབས་ཀྱི་
 སྤྱོད་གསའི་ཞིག་ཡིན་སྲིད་ཀྱང་། སྤྱོད་གསའི་དེས་མི་རིགས་དེའི་བསམ་སྒྲོ་ལ་གནོད་
 སྦྱོན་ཆེན་པོ་ཞིག་བྱས་དང་བྱེད་བཞིན་པ་རེད། འདྲོད་ཆུང་ཆོག་ཤེས་ཟེར་བ་ཏེ་
 ཅང་གི་བསམ་སྒྲོ་སྤྲུག་ཅག་ཅིག་རེད། ལེ་ལོ་དང་སྦྱིད་ལུག་གོང་འཕེལ་འགྲོ་ཐབས་
 ཀྱི་སྤྱོད་གསའི་རེད། འཛམ་བུ་སྤྱིང་གི་ཡུལ་ན་འདྲོད་ཆུང་ཆོག་ཤེས་ཀྱི་བསམ་སྒྲོ་
 འཛིན་ནས་ཟ་འདྲོད་ཉལ་དགའ་ཅན་གྱི་མི་རིགས་དེ་ཨ་སྤྱི་རི་ཀའི་ཡུལ་གྱི་མི་

ནག་གི་རིགས་འདི་དག་རེད།

ནང་པ་སངས་རྒྱལ་པའི་ཚོས་ལུགས་ནང་གི་འདོད་རྒྱུད་ཚོག་མེས་ཟེར་པ་དེ་
རབ་རྟུ་བྱུང་པའི་དགེ་རྒྱལ་སྟོང་དང་། ཚོས་པ་རྣམས་ལ་འདོད་རྒྱུད་ཚོག་མེས་
གྱིས་ཟེར་བ་ཞིག་རེད། མི་རིགས་སྤྱི་ཡི་བསམ་སྟོན་ནང་རྟུ་འདོད་རྒྱུད་ཚོག་མེས་
ཀྱི་བསམ་སྟོང་རྒྱུ་མེད་ནའང་ན་མི་རིགས་དེ་དང་། ལུལ་གྱུ་དེ་གཏན་ནས་རྒྱལ་བྱེད་
ཀྱི་རྒྱ་རྒྱུན་གཙོ་བོ་ཞིག་ཆགས་ཡོད་པ་རེད། བྱིས་ནས་བྱིས་མེད་པ་རབ་རྟུ་བྱུང་
པའི་དགེ་རྒྱལ་སྟོང་དག་གིས་ཉམས་སུ་བླང་བའི་ཚོས་ལུགས་དེ་མི་རིགས་ཤིག་གི་
ཐུན་མོང་གི་སྟོབ་གསོ་འཛིན་པ་ནི། རིག་གནས་གསར་བརྗེའི་སྐབས་སུ་ཞིང་ལས་
ཏ་གེ་ལ་སྟོབ་སྟོང་བྱ་དགོས། ཞེས་པའི་སྲིད་རྒྱུས་གྱིས་ཐང་གི་ཞིང་ཁ་སྤྱོད་ལེགས་
དེ་དག་འཕྲོ་བརྒྱགས་བྱས་པ་དང་དཔེར་གཅིག་པ་རེད། །

ལྷ་མ་ཙམ་པ། མི་དམངས་ལ་ཆོས་བཤད་གནང་སྐབས། སྤྱུ་ཐུབ་པས་རབ་རྒྱ་
 ཐུང་བ་ནམས་ལ་སྤང་སྤང་གི་ཐིག་སྒོལ་གསུངས་པ་དེ་བོད་རིགས་མི་སེར་གྱི་ལ་
 མི་གསུངས་རིགས་ལྟ། འདྲི་ཆུང་ཆོག་ཤིས་ཁྱོད་རང་ཆོའི་ལས་འགན་རེད། ཡིན
 བཤང་ཁྱོད་རང་ཆོས་ལག་ལེན་བྱས་ཡོད་མེད་རང་གིས་རང་ལ་ཡང་བསྐྱར་ཞིག་
 གཟིགས་རིགས། དེར་དུས་རྒྱ་ལྷ་ཙམ་པ་ལ་སྒྲོར་མོ་བརྒྱག་ས་རང་གི་དདུལ་ཁར་
 གཅིག །ཡོན་བདག་གི་རིམ་གྱོའི་རྟེན་རྩ་དདུལ་ཁར་གཅིག །སྒོག་བསྐྱའི་དདུལ་
 ཁར་ཐེར་བ་གཅིག་སོགས་དདུལ་ཁར་མང་པོ་ཞིག་ཡོད་པར་གྲགས། དེས་ཀྱང་
 ཆོག་ཤིས་ཁྱོད་མི་ཐུབ་པ་མོ་ཏེ་རིན་གོང་ཆེན་པོ་དང་། ཐིག་པོ་ཉོ། དེ་ལ་ལྷགས་
 ལེབ་ཁ་བྱང་ཨང་གངས། 8888 9999 ཅན་སོགས་ལ་སྒྲོར་མོ་ཁྱི་ཆོ་མང་པོ་སྤྱང་
 བས་ཐིག་པོ་བྱས་འདུག་པ། དེ་དག་ནི་འདྲི་ཆུང་ཆོག་ཤིས་དང་འགལ་བ་ཤ་
 ལྷག་རེད། དེར་དུས་ལྷ་མའི་གསུང་དེ་ཁ་ནས་བཤད་བྱ་དང་ལག་ལེན་གཉིས་
 འགལ་བ་ལྷག་སྤྱོད་རེད། མདོར་ན། ལྷ་མ་ཙམ་པས་ལྷ་འདྲེ་ལ་མཆོད་སྤྱོན་ཆེན་པོ་
 མཛོད་པའི་དམིགས་ཡུལ་ནི། རང་ལ་དེ་བས་ཆེ་བའི་དཔལ་འཁྱོར་དང་སྒྲན་
 གྲགས་ཐོབ་པའི་ཁ་འཛིན་དང་། སྤོང་གྲོགས་ཆེད་དུ་ཡིན་པ་མདོན་སུམ་རེད། །

བསེ་ཆང་སྒོ་བཟང་དཔལ་ལྷན་སྤྱ་གཤེགས་པ་ལ་གཏུང་དབྱངས།

སྤྱིགས་མའི་རུས་འདིར་བསྐྱབ་གསུམ་རྒྱལ་མཆོན་འཛིན། །
འཁོར་ལོ་གསུམ་གྱིས་བོད་ཀྱི་རིག་གཞུང་བསྐྱངས། །
མདོ་སྤགས་མ་འདྲེས་སྤྱག་ལེན་རྒྱལ་བཞིན་བསྐྱངས། །
མཁས་བཙུན་མཆོན་སྟན་གངས་རིའི་སྤོ་ལ་བཙུགས། །

གཏེར་རྒྱན་ཐུབ་རྒྱན་བྱ་ཡུག་བཞིན་རུ་འཆུབས། །
ཐུབ་པའི་བསྟན་པ་གྲོང་པའི་འདམ་རུ་བྱིངས། །
ཁ་བ་ཅན་འདིར་ཆོས་ལོག་ཆར་ལྟར་འབབ། །
བྱིད་གྱིས་སྤྱགས་བཅེས་མི་འཛིན་དོར་རམ་ཅི། །

གཟུགས་སྤྱ་ཞི་བའི་དབྱིངས་སུ་གཞོལ་ན་ཡང་། །
སྤྱགས་བཅེའི་སྤྱན་ལས་རིང་རུ་མ་གཡེལ་བ། །
སྒོ་བཟང་རྒྱལ་བའི་མཛད་པ་རྒྱན་བསྐྱངས་པའི། །
རྒྱལ་བསྟན་བྱིལ་དོའི་དམ་བཅའ་རྗེས་དྲན་མཛོད། །

སྟོན་ཆོ་བྱང་རྒྱབ་སྦྱོད་པའི་སྟོན་ལམ་ལས། །
འགྲོ་མང་འཁོར་ལོའི་མཐར་ཅན་མ་གྱུར་བར། །
དེ་སྤྱིད་གཞན་དོན་མཛད་པའི་སྤྱིང་སྟོབས་དེས། །
བོད་ཁམས་གཉིད་ལས་སྤྱོད་ཞིག་ཆོས་ཀྱི་རྗེ། །

ཞེས་པ་དམ་པ་གང་གི་ཞལ་སྟོབ་ཀྱི་གལ་མཐའ་ཅམ་འཁོད་པའི་རྒྱལ་ཁམས་པ་ཐུབ་
བསྟན་སྤྱན་ཆོགས་དེས། སྤྱི་ལོ་༢༠༢༡ལོའི་ཟླ་བ་༧པའི་ཆོས་༩ཉིན་རྒྱ་ནག་ཁེན་དུའི་གོང་
གི་སྟོ་རུབ་མི་རིགས་སྟོབ་གྱ་ཆེན་མོའི་རང་ཤག་ནས་སྤྱིངས། །

ཞིང་འབྲོག་སོ་ནམ་ཡར་རྒྱས་གཏོང་བའི་སྐོར་གྱི་བསམ་འཆར།

2021.9.26

ཉེ་སྔོན་བྱ་མིང་རང་སེམས་སྒྲོ་སྒྱུས་མཁས་པའི་སྤྱིར་སྤྱོད་ཀྱི་བའི་ཐོག་དུ་
འབྲོག་པའི་ལས་ཀ་བྱེད་སྐབས་ལ་བཀའ་བཀོན་ཞིག་གནང་པ་དེ་ལ་བྱ་སྤྱོད་ཀྱི་
ཤས་ཤིག་གིས་ང་ལ་ཁྱེད་རང་གིས་ཞིང་འབྲོག་སོ་ནམ་སྐོར་ལ་ལྟ་ཚུལ་ཞིག་ཤོད་
ཟེར་བའི་ཟིན་བྲིས་ཀྱི་ཤས་ཤིག་བཏང་འདུག། དེ་ལ་ང་ཉ་ཅང་དགའ་པོར་བྱང་།
ངས་ཞིང་འབྲོག་སོ་ནམ་སྐོར་ལ་གང་ཡང་མི་ཤེས་ཀྱང་། ཉེ་བའི་ལོ་ཤས་རིང་ལ་
དྲ་བའི་ཐོག་དུ་མི་ཚང་མས་འགྲུབ་རྒྱ་མེད་པའི་ཚོས་ལྷགས་ཀྱི་སྐད་ཆ་ཤ་སྟག་
བཤད་ཅིང་། རང་གཞན་གཉིས་ཀའི་དུས་ཚོད་འཕྲོ་བརྒྱགས་བྱེད། འོན་ཏེ་ངས་
རང་རང་གི་འཚོ་བ་ལ་ཕན་པའི་བསམ་སྒྲོ་དང་འཆར་གཞི་གང་མ་མཐོང་། འོན་
ཀྱང་དེ་རིང་ཁོ་ཚོས་ཁྱེད་རང་གིས་ཞིང་འབྲོག་སོ་ནམ་སྐོར་ལ་སྐད་ཆ་གཅིག་ཤོད་
ཟེར་བ་དེ། དྲ་བའི་ཐོག་གི་མི་རྣམས་བསམ་སྒྲོ་ལ་འགྱུར་བ་འགོ་བཞིན་ཡོད་པའི་
རྒྱལ་ཤིག་རེད། ཁོ་ཚོས་སྤྱོད་བཤད་ཀྱི་རིགས་དེ་དག་བཞག་ནས་རང་ལ་ཕན་
ཐོགས་ཡོད་པའི་བསམ་སྒྲོ་ཞིག་བཅའ་དགོས་པའི་འདུན་པ་ཞིག་སྒྲིམ་ནས་རེ་བ་
དེ་འདྲ་ཞིག་བཏོན་པ་རེད་སྟེ། དེས་ན་ང་དགའ་པོར་བྱང་། ང་རང་གི་ཕ་
ཡུལ་འབྲོག་པ་རེད། རྒྱུ་དུས་ཚོག་རྩི་ལོ་བདུན་བརྒྱད་ཅུ་མ་ཞིག་འགོ་སྤྱོད་། དེ་
སྐབས་ཡང་དུ་སྐོག་དུ་ཡི་གེ་དང་། དམངས་སྒྲོ་ལ། ཚོས་ལྷགས་ཀྱི་སྒྲོ་ལ་རྒྱན་
སོགས་ཅག་ཅིག་སྒྲོ་བ་སྒྲོང་བྱས། བཅོས་བསྐྱར་སྒྲོ་འབྱེད་ཀྱི་སྤྱི་རྒྱས་ཡོང་བ་དང་
སྒྲོ་བ་གྱུར་སོང་། སྒྲོ་བ་གྱུ་ནས་ཐོན་པ་དང་རྒྱ་ཡུལ་དུ་སོང་ནས་སྒྲོ་བ་གྱུ་ཆེན་མོའི་
ནང་དུ་ལས་ཀ་བྱས་ནས་བསྐྱད་པ་ཡིན་སྟབས། ཞིང་འབྲོག་སོ་ནམ་སྐོར་ལ་ཆ་
རྒྱས་ཆ་བ་ནས་མེད་པ་མ་ཟད། དམངས་ཁྱོད་ཀྱི་འཚོ་བ་ཡར་རྒྱས་གཏོང་ཐབས།
དཔལ་འབྱོར་འཕེལ་རྒྱས་གཏོང་ཐབས་སྐོར་གྱི་ཤེས་བྱ་ཏིལ་འབྲུ་ཅུ་མ་ཡང་མེད་
མཁན་ཞིག་ཡིན། འོན་ཀྱང་ངའི་མི་ཚེའི་རིང་ལ་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་ནང་མང་པོ་ཞིག་ལ་
བསྐོར་བ་བྱས་ཏེ་སོང་བའི་སྤྱི་ཚུགས་ཐོག་གི་མཐོང་སྐོས་བྱང་བ་རྣམས་ལ་ང་རང་

གི་ལྷ་ཚོ་ལ་མདོར་བསྟན་ནས་དོན་ཚན་བདུན་ལ་དབྱེ་ནས་བྲུ་སྒྱུ་ཡིན།

༡ འཆོ་བ་དངོས་དང་མི་མཐུན་པའི་ཁ་བཤད་སྤྱད་པའི་ཆོས་བཤད་ནི་ཉལ་
 ཅུང་། དང་གཅིག་རེད་སྟུམ། སྒྲ་མ་གྲུ་པ་ཡིན་ན་ཆོས་བཤད་བྱས་ན་འགྲིག་གི
 རེད། ཁོ་རང་ཆང་གི་སྒྲོ་བ་སྤྱད་དེ་རེད། འོན་ཀྱང་སྒྲོ་བ་ཆུན་གཞིན་པོ་མ་ཆང་
 མས་མི་ཤེས་པཞིན་དུ་ཆོས་བཤད་ལ་མགོ་འཁོར་བ་འདི་ནི་ཉལ་ཅུང་འཐེན་པ་
 དང་དོན་གཅིག་རེད། དེ་བས་སྒྲོ་ནལ་དུ་མཁས་ནས་མ་འོངས་པའི་ལས་ཀ་
 བརྒྱབ་རྒྱའི་ཁ་སྒྲོགས་སྒྲོར་ལ་བསམ་སྒྲོ་རེ་གཏོང་ཞིང་བཤོ་སྤྱད་བྱས་ན་རང་
 གཞན་གཞིས་ཀ་ལ་ཕན་པའི་སྒྲན་ཆ་འབྱུང་གིད་པ་རེད།

༡ བོད་ཀྱི་བྱང་ཆོས་ཡིན་ན་རྗེས་ལུས་ཀྱི་ནམ་པ་གནས་དགོས་པས་བྱུང་བས་མ་
 བ་དེ་ནོར་འབྱུང་རེད། དེར་སང་བྱ་ཐོག་གི་སྐད་ཆའི་ནང་དུ། བོད་ཀྱི་ཡུ་གུ་
 ཆང་མ་སློབ་ལྟར་བཏང་ཞིང་སློབ་སྦྱང་བྱས་པ་ཡིན་ན་བོད་ཀྱི་སློལ་རྒྱན་དང་རིག་
 གནས་ཉམས་ལུད་དང་ཅ་མེད་འགོ་རྒྱུ་རེད། ཅས་གཞིན་བྱའི་སློབ་སྦྱང་ལ་བཀག་
 འགོག་བྱེད་པ་འདི་ནི་བོད་ལ་གནོད་སྐྱོན་ཆེན་ཆེན་ཆེད། དེ་ཟེར་མཁན་པལ་
 ཆེར་ལྷ་མ་གྲུ་པ་དེ་དག་རེད། ཁོ་ཆོའི་དམིགས་ལུལ་མི་ཆང་མ་ཡོན་ཏན་ཅན་
 ལྟར་ན་ཁོ་ཆོའི་རིན་ཐང་ཉམས་པའི་དོགས་པ་རེད། ཡོ་རོབ་དང་ཨ་རིའི་ལུལ་དུ་
 ཡུ་གུ་ཆང་མ་སློབ་ལྟར་མ་གཏང་ན་ཁྱིམ་འགལ་རེད། མ་མ་བཅོན་དུ་བཅུག་རྒྱུ་
 རེད། ཁོ་ཆོའི་སློལ་རྒྱན་རིག་གནས་མི་ཉམས་པ་མ་ཟད་རྩེ་དར་རེད། བོད་ཀྱི་
 སློལ་རྒྱན་རིག་གནས་ཟེར་བ་དེ་མི་རྣམས་ཡི་གེ་མི་ཤེས་པ། ཡོན་ཏན་མེད་པ།
 གོས་དྲིགས་པ་ཅན། འཆོ་བ་ཐབས་ཆག་ཡིན་དགོས་བསམ་པ་དེ་ནོར་འབྱུང་ཆེན་
 པ་ཞིག་རེད། མ་འོངས་པར་ང་ཆོ་ལ་དགོས་པའི་བོད་རིགས་དེ་ཡོན་ཏན་ཡོད་པ།
 སློབས་འབྱོར་ལྡན་པ། འཛོན་ཐང་ཡོད་པ་བཅས་ཀྱི་མི་རིགས་ཤིག་དགོས་པ་རེད་
 མ་གཏོགས། ཡོན་ཏན་མེད་པའི་ལྷན་པོ། རྒྱ་ནོར་མེད་པའི་དབུལ་པོ། འཛོན་ཐང་
 མེད་པའི་ཉམ་རྒྱུད་གི་མི་རིགས་ཤིག་དུ་གྱུར་ན་ལུ་མཐུད་ནས་གནས་པ་ལ་ཕན་

སྒྲིགས་ཅི་ཡོད།

༡ རང་གིས་སྐད་རིགས་སྤྱི་ཚོགས་སྤྱང་སྤྱོད། མི་ལ་པ་སྐད་གཙང་མ་བཤད་
 དགོས་ཟེར་བ་ནི་མགོ་བསྐྱར་རེད། དེར་རུས་ཀྱི་སྤྱོད་ཀྱི་ཁག་གཅིག་གིས་རང་ཉིད་ཀྱི་
 དུལ་རུ་ཀྱི་སྐད་སྤྱོད་མར་འགོ་ནས་ཀྱི་སྐད་ཀྱི་ཡིག་དེ་ཐོད་ཡིག་ལས་མཁས་ཅམ་
 ཞིག་ཆགས་ཡོད་པ་རེད། རང་གི་པ་དུལ་ལ་སྤྱིར་སྤྱོད་པ་དང་མི་དམངས་ལ་
 ཁྱོད་རང་ཚོས་པ་སྐད་གཙང་མ་སྤྱོད་དགོས་རེད། ཅེས་ཟེར་ནས་ཀྱི་སྐད་བཤད་
 པ་དང་སྤྱོད་པ་ལ་བཀག་འགོག་བྱེད་པ་འདི་ནི་མགོ་གཡོག་གི་ལས་ཀ་ཞིག་རེད།
 དམིགས་ཡུལ་གཙོ་ཐོར་ཁོ་རང་ཚོ་ཀྱི་དུལ་རུ་འགོ་ཁྱོད་ཀྱི་སྐད་མཁས་པར་སྤྱང་སྤྱོད་
 པ་དེ་ལ། སྤྱོད་མས་ཚོས་མི་སྤྱོད་པ་ཀྱི་སྐད་སྤྱོད་། རང་གི་སྐད་ཡིག་ལ་དགའ་ཞེན་
 མི་འདུག་ཅེས་པ་ལ་སྒྲིགས་མི་དམངས་ཀྱི་སྤྱིང་སྤྱོད་སྤྱོད་འགོག་བྱེད་པའི་ཆེད་
 རུ་ཡིན་པར་འདྲ། སྐད་རིགས་གཞན་དག་ཐམས་ཅད་ཐ་སྤྱད་བསྐྱོད་ཚོག་ན། ཐོད་
 སྐད་ནང་རུ་ཀྱི་སྐད་བསྐྱོད་མི་རུང་པའི་སྤྱོད་མཚན་ཅི་ཡོད། ཀྱི་སྐད་ནང་རུ་དབྱིན་རི་
 ཐ་སྤྱད་མང་པོ་ག་འདྲ་བསྐྱོད་ཡོད་འདུག། ད་སྐབས་ཀྱང་མིང་རྒྱུ་མ་ཟད་ཡི་གེ་
 ཡང་བསྐྱོད་བཞིན་པ་རེད། དཔེར་ན། GDP WTO ལ་སྒྲིགས་པའི་མིང་དེ་དག་
 ཀྱི་ཡིག་ནང་རུ་ཐད་ཀར་དབྱིན་རི་ཡི་གེ་བསྐྱོད་ཁྱོད་ཡོད་པ་འདི་རེད། དེ་བཞིན་
 རུ་དབྱིན་རི་སྐད་ཀྱི་ནང་རུ་སྐད་རིགས་གཞན་པའི་མིང་རྒྱུ་མ་ཅང་མང་པོ་ཡོད་
 རེད། ཐོད་སྐད་ཀྱང་བསྐྱོད་ཡོད་པ་དཔེར་ན་གཡག་དང་། ཅམ་པ་ལ་སྒྲིགས་པ་
 ལྟ་བུ་རེད།

༢ རང་རང་གི་རུས་པ་དང་བསྐྱོད་པའི་ཁྱོད་འགོག་ལས་གཞི་དེ་དེར་རབས་
 ཅན་རུ་འགྱུར་བར་འབད་དགོས། ང་རང་གིས་མཐོང་བ་ལ་དབྱིན་རི་དུལ་རུ་སྤྱོད་
 གོ་ཁྱོད་འགོག་པ་དེར་རབས་ཅན་དང་། སྤྱོད་པ་ཀྱི་ཁྱོད་ལས་དེར་རབས་
 ཅན་དེ་དག་རེད། མིག་སྒྲུབ་ཐོད་ཀྱི་གནས་ཚུལ་དང་བསྐྱོད་ན་དེ་ལྟ་བུའི་ཁྱོད་
 འགོག་ཁེ་ལས་ཀྱི་ཆེན་པོ་བྱེད་པའི་མཐུན་སྤྱོད་མ་འདྲིམ་ནའང་། ཁྱོད་འགོག་ཁེ་
 ལས་རྒྱུ་རུ་བཅུགས་ནས་སྤྱོད་མོང་གིས་འཚོ་བ་རྒྱས་གཏང་རྒྱུར་འབད་བཅོན་
 བྱས་ན་གྲུབ་འབྲས་ཡག་པོ་ཐོན་སྲིད།

༥ བདེན་དྲང་ཡོད་པའི་སློན་ནས་ལས་ཀ་མཉམ་ལས་བྱས་ན་ཁེ་ལས་ཡག་པོ་གཉེར་ཐུབ་ངེས་རེད། འབྲོག་པ་སྡེ་ཤོག་རེ་ལ་རུད་ཚང་བཅུ་ལྷག་ཁ་ཤས་ཡོད་པ་དེ་དག་མཉམ་ལས་གྱི་སློན་ནས་ཁེ་ལས་བཅུགས། སྤྱི་ཚོང་མཐུན་ཚོགས་འདེམས་བསྐོས་བྱེད་^①། མི་སོ་སོའི་བྱུང་ཚེས་དང་བསྟུན་པའི་དྲང་ཡིག་དང་། ཕྱི་ལོ་བདག་གཉེར་པ། ཚོང་འབྲེལ་པ། ཚོང་བསྐྱུགས་པ་སོགས་རྒྱན་ལས་གྱི་ལས་བྱེད་མི་སྣ་དང་། ཞོར་ལས་པ་སོགས་འདེམས་བསྐོས་བྱེད། ཞོ་དང་། འོ་མ། མར། འབྲུ་ར། ཤ་རིགས། ལྷགས་རིགས། སྤྱ་རིགས་གྱི་ཐོན་རྫས་གསར་བསྟུན་བྱེད་ཅིང་། ཚོང་དོན་ཡག་པོ་སྒེལ་ན་ཚོགས་པ་ནི་ལས་ཁུངས་ཡིན་ལ། ལས་ཀ་བྱེད་མཁན་རྣམས་ནི་ལས་བྱེད་པ་རེད། དེ་ལས་བྱུང་བའི་ཡོང་སློན་རྣམས་ནི་མ་ཅའི་གྲངས་དང་བསྟུན་ནས་བཤོ་ཆ་དང་། ལས་ཀ་བྱེད་མཁན་རྣམས་ལ་སྤྱོད་བསྟུན་ཐོབ་སྤྱོད་གྱི་བཤོ་ཆ་བྱ་ཚོགས་པ་ཞིག་རེད་སྟེ། དེ་བཞིན་དུ་ཞིང་པའི་ས་ཁུལ་དུའང་འབྲུ་རིགས་སྣ་ཚོགས་བཏབ་སྟེ། འབྲུ་རིགས་གྱིས་བཟོས་པའི་ཐོན་རྫས་དཔེར་ན། ཅམ་པ་དང་། ཅམ་པས་བཟོས་པའི་དེང་རབས་རྣམ་པ་ཅན་གྱི་ཟས་རིགས་སྣ་ཚོགས། དེ་བཞིན་དུ་གོ་ཕྱེ་དང་། དེས་བཟོས་པའི་ཟས་རིགས་རྣམ་པ་མི་འདྲ་བ་སྣ་ཚོགས་དང་། སྤྱི་ཚུལ་རིགས། ལྷང་དང་། ལ་ལྷག །རྒྱ་ལྷང་གོ་མ་ལ་སོགས་པ་འདེབས་འཇུགས་བྱེད་ཅིང་། ཞིང་ལས་ཐོན་རྫས་ཀྱང་སི་བཅུགས་ན་ཞིང་པ་ཐམས་ཅད་སྤྱི་ཐོགས་ཡོད་པ་འབྲུར་ཚར་བ་རེད། དེ་ནས་སྤྱན་བཅོས་བྱུང་སྤྱོད་^②དང་། ཆས་གསོ་བྱུང་སྤྱོད་^③སོགས་སྤྱི་ཚོགས་འཚོ་བའི་མ་ལག་ཆ་ཚང་བ་སྤྱི་རྒྱལ་བས་ཅི་བྱེད་ང་ཚོས་ཀྱང་བྱེད་ཚོགས་པ་རེད།

༦ ཁེ་ལས་ནི་ཐུན་མོང་གི་མཉམ་ལས་རེད། དེ་ཡག་པོར་བསྐྱབ་དགོས་ན་མི་ཡོན་ཏན་ཅན་དང་། མི་རྒྱ་དུ་ཡག་པོ་ཡོད་དགོས། མི་ཡོན་ཏན་ཅན། ཁོག་རྒྱ་ཆེན་པོ། རང་འདོད་མེད་པ། སྒྲིལ་དོན་རྒྱུ་དུ་ལས་སྤྱི་དོན་གཙོ་བོ་འཛིན་པའི་བསམ་

① དཔྱིན་སྐད་དུ། Board of directors རྒྱ་སྐད་དུ། 董事会。

② 医保。

③ 养老保险

པ་ཡོད་མཁན་ཁག་གཅིག་མཉམ་ལས་བྱས་ན་ཁི་ལས་དར་རྒྱས་ཅན། ཆོང་ལས་སྐད་གཤམ་ཅན། བྱིམ་ཆང་བདེ་སྤྱིད་ཅན་ཞིག་གི་ཁོར་ཡུག་གསར་པ་ཞིག་བསྐྱུན་ཐུབ་ངེས་རེད། འོན་ཀྱང་ང་ཚོ་བོད་རིགས་ལ་སྦྱོན་ཆེན་པོ་ཞིག་ཡོད་པ་དེ་མི་སེམས་རྒྱུད་། ཁོག་རྒྱ་རྒྱུད་ལ། རང་འདོད་ཆེ་བས་ན་ཐུན་མོང་གི་མཉམ་ལས་ཡག་པོ་བསྐྱབ་ཐུབ་དཀའ་བའི་རྒྱ་མཚན་དེ་རེད། མི་རང་རང་གིས་ལས་ཀ་བྱས་ན་བོད་རིགས་ལ་འཛོན་ཐང་རྒྱུད་ཟད་ཅན་མང་པོ་ཡོད་རེད། དེ་དག་མཉམ་ལས་བྱས་ན་ལས་ཀ་ཆེན་པོ་གང་ཡང་མི་འབྲུབ་པའི་རྒྱ་མཚན་སྤྱིར་ཡོན་ཏན་མེད་པ་དང་། སྒོས་སུ་མི་སེམས་རྒྱུད་། ཁོག་རྒྱ་རྒྱུད་ལ། རང་འདོད་ཆེ་བ་ཅན་ཤ་སྟག་ཡིན་པའི་རྒྱ་མཚན་གྱིས་དོན་རྒྱུད་ཞིག་གི་ཆེད་དུ་འབྲུག་ཆོད་བྱེད་པ། ཁི་ཆོང་ཆེ་ཤོས་དེ་རང་ལ་ཐོབ་ཐབས། གཡེ་སྒྱུའི་སྒོ་ནས་གོགས་པོ་མགོ་བསྐྱོར་བྱེད་པ་སོགས་མ་རབས་སྤྱོད་ངན་ཅན་མང་བ་ལ་སོགས་པའི་མིའི་སྦྱོན་འདི་དག་བོད་མིའི་རང་གཤིས་ཡིན་བཞིན་མ་རེད། ས་ཁུག་ལྷང་ཁུག་ནས་འཆར་ལོངས་བྱུང་བ་དང་། ཐུན་མོང་གི་སློབ་གསེ་མེད་པ། སྤྱི་ཚུགས་ཐོག་འབྲེལ་འདྲིས་ཉུང་བའི་ཕྱི་རོལ་ཡུལ་གྱིས་བཙོས་པའི་འགལ་ཆེན་སྤྱི་ཚུགས་ལས་བྱུང་བའི་སྦྱོན་ཡིན་སྟབས། རིག་གནས་སློབ་སྦྱོང་དང་། མི་དང་མིའི་བར་འབྲེལ་འདྲིས་བརྒྱུད་ནས་ཐུན་མོང་གི་སྦྱོན་ཆ་འདི་དག་མེད་པ་བྱེད་ཐུབ་ངེས། བོད་གསལ་མིའི་བསམ་སྦྱོང་གུ་དོག་པོ་ལས་བྱུང་བའི་སྦྱོན་འདི་དག་གསལ་ཐབས་སུ། ཐོག་མར་ཉིད་ནས་ཁི་ལས་ཀྱི་མ་ཙུ་འཛོག་པའི་སྐབས་སུ། འཛམ་སྤྱིང་ཐུན་མོང་གི་ཡུགས་སྟོལ་ལྟར་ཐུན་མོང་མཉམ་ལས་ཀྱི་ཆེངས་ཡིག་གསར་པོ་གཏན་འབེབས་བྱ་དགོས་པ་ནི་གནད་ཀྱི་དམ་པ་ཞིག་ཡིན། དེའི་ནང་དུ་ཐུན་མོང་གི་ལས་གཞིའི་རྒྱ་ཆ་ཉོ་བསྐྱབ་ཀྱི་འགྲོ་སོང་དང་། ལས་ཀའི་བྱུང་པར་གྱིས་མིའི་སྤྱོད་ཐོགས་ཀྱི་རིམ་པ། ཉེན་སྲ་པ་ནམས་ཀྱི་སྤྱོད་ཐོགས་གཏན་འབེབས་དང་། ཁི་བསྐྱེད་བཞོ་ཆ་སྐབས་སུ་མ་དདུལ་མང་ཉུང་ལྟར་ཁི་ཆོང་གི་བརྒྱ་ཆ་རྒྱ་ཆ་ཐོབ་པ་སོགས་ཞིབ་ཅིང་སྤྱོད་ཐའི་ཆེངས་ཡིག་བྱེད་ཅིང་། ཆེངས་ཡིག་དེ་ནི་བྲིམས་ཡིག་ཅིག་ཡིན་སྟབས། དེ་ལ་མ་ཙུ་གཏོང་མཁན་ཆང་མས་ས་ཡིག་རྒྱུལ། དེ་དང་འགལ་བ་གཏན་ནས་མེད་པ་ལག་ལེན་

བྱེད། གལ་སྲིད་ལས་ཀའི་གོ་རིམ་ནང་དུ་ཆིངས་ཡིག་ནང་དུ་མ་འཇུག་པའི་དོན་
 གྱུར་བྱུང་ན། འབྲུལ་དུ་ཆོང་སྒྱི་མཐུན་ཆོག་གིས་ཆོག་པ་འདྲ་འཇོག་པའི་
 གནད་དོན་དེ་དེ་ལྟར་ཐག་གཅོད་བྱེད་པ་དང་། མང་མོས་གྱི་སྒྲོན་ཆིངས་ཡིག་
 གི་དོན་ཆོན་ནང་དུ་བཅུག་སྟེ། མ་འོངས་པར་གནད་དོན་དེའི་རྒྱུ་རྐྱེན་མི་འོང་པ་
 བྱ་དགོས། ཆོང་སྒྱི་མཐུན་ཆོག་གི་ཆིངས་ཡིག་ཅིག་བཟོ་ཁྲིད་དེ་བཞུག་
 ལག་ལེན་བསྟར་ན། རང་འདོད་དང་། མ་དང་པ། རྒྱུ་ལྷན་གྱིས་བྱེད་འདོད་
 ཡོད་ཀྱང་བྱེད་ཐབས་མེད་པར་ཆགས། དེ་ནས་དུས་ལུག་རིང་པོ་དང་བདེན་གྱི་
 ལག་ལེན་ལ་གོམས་འདྲིས་སོང་ན། རང་འདོད་དང་མ་དང་པ་བྱེད་འདོད་མེད་
 པ་ཆགས་ངེས་རེད། དེ་ལྟར་སྒྲེ་ཤོག་སོ་སོས་ཁེ་ལས་རྒྱུ་རྐྱེན་དེ་བཅུག་ནས་ལས་
 ཀྱི་བྱེད་ཅིང་ཐོན་རྫས་རྫུངས་ཤིང་བྱེད་ནང་དུ་བཅོང་རྒྱ་ཐོན་ན། གནས་སྐབས་
 བོད་གྱི་ས་ཆའི་ཟས་རིགས་ཐམས་ཅད་ལྡང་ཟས་ཟེར་ནས་འཛམ་གླིང་མི་རིགས་
 ཐམས་ཅད་དགའ་པོར་བྱེད་ས་དེའི་རིགས་ཆགས་བཅུད་ཡོད་རེད། ཐོན་རྫས་
 གཞན་ཞིག་ནི་བོད་དུ་རང་བྱུང་གི་རྒྱ་པོ་མང་པོ་ཡོད་པ་འདི་བོད་རྒྱུད་གཏོང་
 ཁྲིད་གཏོར་རྒྱུ་ཀྱང་སི་བཅུག་ན་འགྲོ་སོང་རྒྱུ་ཡ། ཡོང་སྒྲོ་མང་པའི་ཐོན་རྫས་
 ཤིག་བཟོ་ཆོག་ཀྱང་བོད་རིགས་སྤྱད་ཀྱང་ལས་ཀ་དེ་བསྐྱབ་མི་སྤང་། རྒྱུ་ཐོན་
 རྫས་ཀྱི་རྒྱ་ཆ་དེ་བོད་ལས་ཕྱག་པ་མེད་པ་ཞིག་སྟེ། ཨེ་ཤའི་ཡའི་རྒྱ་པོ་ཕལ་ཆེར་གྱི་
 འབྲུང་ཁྲུངས་བོད་ནས་རེད། འོན་ཀྱང་བོད་རང་གི་རང་བྱུང་གི་རྒྱ་པོ་བོད་རྒྱུད་
 ནས་འཇོ་བའི་མཐུན་རྒྱུ་མ་དུལ་རྒྱུ་བྱེད་ལ་ཕན་ཐོགས་གང་བྱུང་མི་འདུག །
 དཔེར་ན། ཁྲིན་དུལ་གྱི་གཅིག་སྤྱི་འབྲུང་རྒྱུ་ཀྱང་རྒྱུ་པོ་ཆོས་མཁོ་འདོན་
 བྱ་བྱུང་ན། དེས་བོད་མི་ས་ཡ་དུག་ལ་སྤྱོད་ཐོགས་འབྱུང་བའི་ལས་ཀ་ཞིག་རེད།
 རང་བྱུང་གི་རྒྱ་པོ་བོད་རྒྱུད་པ་དེ་གཏོར་ཁའི་ཁོངས་སུ་གཏོགས་པ་ཞིག་ཡིན་སྟབས།
 རྒྱལ་ཁབ་གཏོར་ཁ་དོ་དམ་ལས་ཁྲུངས་ནས་ཕལ་ཆེར་ཆོག་མཆན་ཐོབ་དགོས་པ་
 མ་ཟད། དེ་ཆོག་མཆན་ཐོབ་པ་ལ་ཡང་དགའ་ངལ་གང་འཆོམས་ཡོད་པ་ཞིག་
 རེད། འོན་ཀྱང་འབད་བཅོན་བྱས་ན་ཅ་བ་ནས་མི་འབྲུབ་པ་ཡང་ཡིན་མི་སྲིད་
 ལྟམ། དེ་བཞུག་དུ་བོད་དུ་ལྡངས་རྒྱ་སྒྲོ་འབྲུལ་གྱི་ལས་ཀ་དར་སྟེལ་གཏོང་ཁྲིད།

སྤྱིར་སྤྱི་ཁྱུང་སི་ཚུང་ཚུང་བཅུགས་ཚོགས་པ་རེད། ཐོད་ལ་སྤྱི་འབྲུམ་དང་ལྟ་མོ་
 བལྟ་ས་མང་པོ་ཡོད། དེར་སང་ཕྱི་རྒྱལ་བས་སྤྱིར་སྤྱི་ལྟ་བ་གསར་པ་ཞིག་ལ།
 Geotourism དང་། རྒྱ་སྐད་དུ། 生态旅游。ཟེར་བ་འདི་རེད། འདི་ནི་ཐོད་སྤྱི་
 དང་། གནའ་ཤུལ། རི་སྤྱང་དང་ཚུ་མཚོ་སོགས་ལ་བལྟ་བསྐྱོར་བའི་སྤྱིར་སྤྱི་
 ཞིག་རེད། ཐོད་ལ་ཐོད་གསལ་དེ་དག་གང་དགོས་ཡོད་ཅིང་། དེར་སང་གནམ་
 གུ་དང་། མོ་ར་གང་དགོས་འགྲེལ་འབྲུམ་སྤྱབས་བདེ་པོར་ཆགས་ཡོད་སྤྱབས། མ་
 འོངས་པར་སྤྱིར་སྤྱི་ཡོང་མཁན་ཡང་རྗེ་མང་ཡོང་གི་དུ། དེས་ན་ཡུལ་སྤྱི་མོ་སོས་
 རང་རང་གི་སྤྱིར་སྤྱི་སྤྱི་ཤན་ཀྱང་སི་ཚུང་ཚུང་བཅུགས། བྱིས་མཐུན་གྱི་ཁི་
 ལས་དང་། ཚོང་གཉེར་གྱི་འཛིན་ཡིག་ཚད་ལྡན་བསྐྱབས་ནས་ལས་ཀ་ཡག་པོ་
 བྱས་ན་དེས་ཀྱང་སྤྱི་པ་ཚོ་ཁག་རེ་ཅམ་ལ་འཚོ་བའི་ཁ་སྤོན་གྱི་སྤྱིར་སྤྱི་བསྐྱབ་བྱུང་།
 སྤྱིར་སྤྱི་ཚོང་ལས་ཚོན་པོ་གཟི་ཚ་སྤྱི་དགུ་དང་། འདབ་པ་རྫོང་གི་ཡ་སྤྱིར་སྤྱི་
 བྱ་རེད། དེ་དག་ལ་དཔེ་བལྟ་ཚོགས་རེད། འོན་ཀྱང་ལས་ཀ་དེ་སྤྱི་གྲིས་ཡོད་
 པའི་སྤྱི་ནས་དོ་དམ་ཡག་པོ་མ་བྱས་ན་ཐེངས་གཅིག་མ་གཏོགས་ཡོང་མཁན་མེད་
 པ་ཆགས། དེ་ནས་ཚོང་རྒྱུ་དེ་ལྟ་བུ་པ་རེད། མི་ལ་ཞབས་ཞུས་དང་། སྤྱི་ལེན་
 ཡག་པོ་བྱེད། ལུས་ཀྱི་གུས་ཞབས་དང་། རག་ཚོགས་འཇམ་པོ་བྱ་རྒྱུ་སྤྱི་བསྐྱོར་གི་
 འཛིན་གྱ་ནང་དུ་བཏང་ནས་སྤྱི་བསྐྱོར་བྱེད་བཅུག་ཅིང་། དོན་ཚུང་ཆེད་དུ་རང་
 ལ་ཁྱོད་ཁ་རྒྱུང་བྱེད་བྱུང་ནའང་མི་ནམས་དགའ་བར་བསྐྱོད་པ་བྱ་རྒྱས་ན་རྗེས་སུ་
 རང་ལ་རྒྱལ་ཁ་ཐོབ་དེས་རེད། སྤྱིར་སྤྱི་ལྟ་བུ་ཞིག་གི་ཆེད་དུ་མ་འོངས་པའི་
 ཚོང་ལམ་མེད་པ་བྱ་མི་རུང་། བདེན་པ་བཤད་ན་ཚོས་དད་ཆེ་ཤོས་དེ་ཐོད་རིགས།
 ཁེ་ཕན་དང་འཕྲད་རྒྱས་རྒྱ་འབྲས་མེད་ཤོས་ཀྱང་ཐོད་རིགས་ཡིན་པ་ལྟ་བུ་ཞིག་
 མཐོང་ཡང་། འདི་ནི་མི་ཕལ་ཆེར་ལ་ཡོན་ཏན་མེད་པས་ལན་པར་སེམས།

༡ མི་རིགས་གཞན་གྱིས་ལས་ཀ་བྱེད་སྤྱངས་ལ་དཔེ་བལྟ་ནས་རང་གིས་ཀྱང་
 དེ་བཞིན་དུ་ཚོང་ལས་སྤྱི་ཚོགས་རྒྱུན་འབྲུངས་བྱེད་དགོས། དཔེར་ན། ཐོད་རང་
 གི་ས་ཁྱག་དེ་དག་ལ་ཟས་ཁང་དང་། ཚོང་ཁང་ཚུང་དུ་འཛུགས་མཁན་ཚོང་མ་རྒྱ་
 རིགས་རེད་འདུག །ད་ལན་ང་བརྒྱུད་ཟིལ་རྫོང་དུ་སྤྱིར་སྤྱི་ལྟ་བུ་ཞིག་བྱིན། ཟས་

ཁང་མེད་པའི་མཁོན་ཁང་ཞིག་ལ་བསྐྱད་ནས། ཞོགས་པ་སྐྱོམ་དུ་ཞོགས་ལྟོ་འཕྱར་
སར་ཕྱིན་པས་སྒོ་བྱར་བསམ་སྒོ་ཞིག་འཁོར་བྱུང་། ཞོགས་ལྟོ་དེ་ལས་སྒྲ་ཤོས་རེད།
འབྲས་ཐང་ཞིག་དང་། ཤ་མོག་མོག་ རྒྱུ་མ་བཅོས་བྱས་པའི་གྲོ་རྒྱན། ང་ཚོའི་པ་
ཡུལ་དུ་གྲོ་གཙུས་ཟེར། ཚལ་བསྐྱལ་མ་རུང་ཟད་ཅིག་རེད། སྒྲིང་པ་དེའི་ནང་དུ་
ཞོགས་ལྟོ་འཚོང་མཁན་ཚང་མ་རྒྱ་རིགས་དང་། དེ་ལས་ཀྱང་ཐག་རིང་བའི་རྒྱ་
རིགས་ཀྱི་ཅང་། ཏུའུ་ལན་སོགས་ནས་ཡོང་བའི་རྒྱ་རིགས་རྣམས་རེད། ས་གནས་
ཀྱི་བོད་རིགས་གཅིག་ཀྱང་མི་སྤང་། དེ་ནས་ཡར་ཡོང་བའི་ལམ་བར་དུ་ས་བདེ་
དང་། རྒྱ་རྒན་པ། ར་ར་ཁ་སོགས་སྤྱ་ཟས་ཁང་དང་། ཚོང་ལས་རྒྱུང་དུ་བྱེད་
མཁན་དེ་དག་བོད་རིགས་ཏེ་ལམ་མེད་པ་ལྟ་བུ་ཞིག་སྤང་། དེ་ནས་བསམ་སྒོ་
ཞིག་བཏང་པ་ཡིན། ང་རང་གི་པ་ཡུལ་སྤེ་དགེ་རྒྱུ་གི་སྒྲིང་པ་ནང་ལའང་དེ་
བཞིན་ཚོང་ལས་པ་པལ་ཆེར་རྒྱ་དང་། ཁ་ཆེ་རེད། ང་ཚོ་བོད་ལ་འབྲུབ་རྒྱ་མེད་
པའི་ཚོས་བཤད་ཀྱི་སྒྲོབ་གསོ་དེས་མི་རྣམས་ཀྱི་སྤྱད་པའི་ཚོང་ལས་སོགས་སྤྱི་
ཚོགས་འཚོ་བའི་ཁ་སྤྱོད་ཀྱི་བསམ་སྒོ་མེད་པ་བྱས་འདུག །

མདོར་བཅུས་ན། འཛམ་གླིང་སྤོན་སྤོན་མི་རིགས་དང་རྒྱལ་ཁབ་ཁག་དུ་སྒྲོལ་
རྒྱུ་རིག་གནས་ཇི་ལྟར་རྒྱུན་འཛིན་དང་དར་སྤེལ་གཏོང་བཞིན་ཡོད་པར་བརྟག་
དབྱེད་བྱེད་ཅིང་། ང་ཚོས་ཀྱང་དེ་དག་ལ་སྒྲོབ་སྤྱོད་བྱ་འོས། ལོ་ངོ་བརྒྱ་ཕྱག་ཁ་
ཤས་སྤོན་གྱི་སྒྲོལ་རྒྱུ་རྙིང་པ་དེ་ཇི་བཞིན་རྒྱུན་འཛིན་བྱེད་མཁན་ནི་རྗེས་ལུས་ཀྱི་
མི་རིགས་དེ་དག་རེད། ལོ་བརྒྱ་ཕྱག་སྤོན་གྱི་ཆས་གོས་རྙིང་པ་སྤོན་ནས་འགོ་
མཁན་ཨ་རི་དང་ཡོ་རོབ་སོགས་སུ་ཡོད་མེད་ལྟོས། ཀྱང་གོའི་ནང་དུ་སྤོན་སྤོན་ཆེ་
ཤོས་དེ་རྒྱ་རིགས་རེད། རྒྱ་རིགས་དུང་ཕུར་བཅུ་གསུམ་ནང་ལ་རྒྱ་གོས་རྙིང་པ་
སྤོན་མཁན་པལ་ཆེར་གཅིག་ཀྱང་ཡོད་མི་སྲིད། གནའ་བོའི་རྒྱ་རྒྱུ་ཆ་མང་པོ་
འདོགས་མཁན་བོད་རིགས་དང་། ཨ་ཕྱི་རི་ཀའི་མི་ནག་དེ་དག་རེད། མི་ནག་གི་
རྒྱུ་རྒྱུ་ཆ་དེ་དག་ཁོ་རང་ཚོའི་མིག་ལམ་ལ་མཛེས་ཀྱང་ང་ཚོའི་མིག་ལམ་དུ་མཛེས་་
པོ་མི་མཐོང་། བོད་རིགས་ཀྱི་རྒྱུ་རྒྱུ་ཆ་དེ་དག་རང་གིས་མཛེས་པོ་འདོད་ཀྱང་
གཞན་གྱིས་བལྟས་ན་སྤོན་པ་ལྟ་བུ་ཞིག་མཐོང་སྲིད། དེ་བཞིན་དུ་ཨ་རབ་ཁ་ཆེའི་

ཡུལ་གྱི་སྒྲོལ་རྒྱན་གྱི་ཆས་གོས་རྩིང་པ་དེ་དག་ཁོ་རང་ཚོ་ལ་མཛེས་ཀྱང་ང་ཚོའི་
 མིག་ལམ་དུ་མི་མཛེས། དེང་དུས་འཛམ་སྤྱིང་གཅིག་གྱུར་གྱི་སྒྲོལ་ལྷགས་ནང་དུ་
 ང་ཚོས་ཀྱང་ལམ་སྟོགས་དེར་རྒྱན་འབྲངས་བྱ་འོས་པ་ཞིག་རེད། མི་རིགས་འདི་
 དག་བསམ་སྒྲོ་འཇུག་དཀའ་བ་འདི་ཡོན་ཏན་མེད། ལྷ་རྒྱ་དང་མཐོང་རྒྱ་མེད་
 པའི་ཁྱོད་པའི་སྤལ་པ་ལྷ་བྱ་ཞིག་ཆགས་ཡོད་པས་རེད། མི་ཚང་མས་རང་རང་གི་
 ལམ་བྱ་ཞིག་གི་ཐོག་དུ་འགའ་ཞིག་གིས་ཡོན་ཏན་སྒྲོབ་སྒྲོང་བྱེད། འགའ་ཞིག་གིས་
 ཚོང་ལས་བསྐྱབ། འགའ་ཞིག་གིས་ཁིང་ལས་བྱེད། ལྷ་མ་སྤལ་སྤྱ་རྣམ་པས་བྲི་ཐོག་
 དུ་བཞུགས་ཤིང་ཚོས་བཤད་པ་སོགས་ཐམས་ཅད་རང་ཉིད་བདེ་བའི་ཆེད་དུ་
 རེད། མི་ཚང་མས་གང་བྱས་ཐམས་ཅད་མདོར་བསྡུས་ན་དགེ་འདུན་ཚོས་འཕེལ་
 གྱིས། ཐོག་མ་མིག་མེད་བདེ་བའི་ཆེད་དུ་རྒྱག་ །ས་འབྲུ་རྒྱང་མེད་བདེ་བའི་ཆེད་
 དུ་རྒྱག་ །མདོར་ན་འཛིག་རྟེན་ཐམས་ཅད་བང་འགུན་ནས། །གཅིག་ལས་
 གཅིག་མཐོགས་བདེ་བའི་སྟོགས་སུ་རྒྱག་ །ཅིས་གསུངས་པ་དེ་རེད།

ཡང་བསྐྱར་དུ་གསལ་བཤད་ཞུ་དགོས་པ་ཞིག་ལ། ང་ཅི་ཁིང་འབྲོག་སོ་ནམ་
 དང་། །ཁེ་ལས་སོགས་ཚོང་ལས་དཔལ་འབྱོར་སྒྲོར་གྱི་ཤེས་བྱ་ཡོན་ཏན་གང་ཡང་
 མེད་ལ། ལག་ལེན་ཡང་མེད། དེ་བའི་ཐོག་དུ་མི་འགའ་ཞིག་གིས་ཁྱོད་རང་གིས་
 ཁིང་འབྲོག་སོ་ནམ་དོན་དུ་སྐད་ཆ་ཞིག་ཤོད་ཟེར་བའི་ལན་དུ། །ཁོ་རང་ཚོ་ལ་སྤལ་
 མ་ལྷ་བྱའི་གང་དུན་ཞིག་ཁུས་པ་ཡིན། དོན་དང་མ་འགྲིག་པ་དང་། གནས་ལྷགས་
 དང་འགལ་བ་སོགས་སྒྱུན་དང་ནོར་འབྲུལ་གང་ཡོད་ལ་དགག་པ་དང་། བཀའ་
 བཀྲོན་གནང་རོགས། ང་རང་འདིའི་ཤེས་བྱ་སྒྲོར་ལ་ཚོངས་པ་ཡིན་སྤྲུལ་ཆང་
 མས་གང་གསུང་དང་ལེན་ཞུ་ཆོག་ཅིང་ལན་དང་ཚོད་པ་ཡང་མེད།



སྒྲོལ་རྒྱན་རྩིང་པའི་རྒྱན་གོས་རྣམས། །མཛེས་དང་མི་མཛེས་འདི་ལ་སྟོས། །

ཐོད་རིག་ལས་བྱེད་རྣམས་ལ་འབོད་བསྐྱེལ།

2021.10.12

ལས་བྱེད་གཞིན་ཏུ་རྣམས་ལ་འབོད་སྐྱེལ་ཞེས་པའི་གཏམ་འདི་སྤྲོད་བྱེད་ནི། དེ་རིང་དག་ཀྱི་ཆུང་ཞིག་གིས་སློབ་མ་བརྒྱུད་ནས་མགོ་ནས་ཁྲག་ཐོན་པའི་པར་ཞིག་བྱ་ཐོག་ཏུ་བཏང་ཡོད་ལ་དེ་ལ་བརྟེན་ནས། ཐོད་གྱི་གྲོང་གསེབ་གྱི་དག་ཀྱི་དང་ལས་བྱེད་པ་མུན་མོང་ལ་འབོད་སྐྱེལ་ཞེས་ཞུ་འདོད་བྱུང་།

༡ དོན་ཚན་དང་པོ། རང་གི་མཁུན་ལམ་གྱི་ཆེད་ཏུ་སྤྲུག་ལ་ཡག་པོར་གྱིས། འདིར་རང་གི་མཁུན་ལམ་ཟེར་དགོས་པའི་རྒྱ་མཚན་དེ། ལས་བྱེད་པ་སྤྱི་དང་བྱེ་བྲག་དག་ཀྱི་རྣམ་པ་ལ་ཞུ་རྒྱུར། ད་ལྟ་རང་རང་གི་སྤྲུག་ཏུ་ཡོད་པའི་ལས་འགན་འདི་རང་གིས་དཀའ་ངལ་སྤྲོ་ཚོགས་བྱུང་བས་ད་བྱས་ཤིང་འབད་བཅོན་ཆེན་པོ་བྱས་ཏེ་ཐོབ་པའི་ལས་ཀ་ཞིག་རེད་མ་གཏོགས་གཞན་གྱིས་བྱོད་ལ་བཅོན་པོས་བཀོལ་བ་ཞིག་མིན་པ་ནི་རང་རང་གི་སེམས་ནང་གསལ་བ་དེ་རེད། ཐོག་མར་པ་མའི་གཅེས་སྤྲོད་དང་། སློབ་གྲུའི་གསོ་སྤྲོད་ལ་བརྟེན་ནས་ལོ་ངོ་བཅོ་ལྔ་ཡན་གྱི་རིང་ལ་སློབ་སྤྲོད་བྱས། དེ་ནས་ཡིག་ཚད་བཏང་། སྤྲོས་འབྲེལ་བཅའ་ནས་ད་ལྟའི་ལས་ཀ་དེ་ཐོབ་པ་རེད། ལག་ཏུ་ཐོབ་པའི་ལས་ཀ་དེ་དཔེར་ན། མངོས་ཤིང་ཡོད་ཏུ་འོང་བའི་དཀར་ཡོལ་ཞིག་ལག་ཏུ་ཐོབ་པ་དང་དོན་གཅིག་རེད། དཀར་ཡོལ་ལ་གཅེས་སྤྲོས་ཡག་པོ་བྱས་ཤིང་ལག་ཏུ་དམ་པོར་འཛིན་ན་མི་ཆོ་གཅིག་ལ་བེད་སྤྱོད་ཆོག་པ་ཞིག་རེད། གལ་སྲིད་ཉོད་རྒྱག་དང་སྤང་མེད་གྱི་སློ་ནས་དཀར་ཡོལ་དེ་ཐང་ཏུ་ཤོར་ན་རུམ་བུར་འཐོར་ངེས་རེད། དཀར་ཡོལ་ཆག་ན་སྤྱར་རྒྱ་མེད་ཟེར་བའི་གཏམ་དཔེར་ལྟར་རེད། དེ་བཞིན་ཏུ་ད་ལྟར་བྱོད་རང་ཆོའི་ལག་ཏུ་ཡོད་པའི་ལས་ཀ་དེ་བྲིམས་མཐུན་ལྷགས་མཐུན་གྱི་སློ་ནས་ལག་ལེན་བྱས་ན། རྒྱལ་ཁབ་དང་མི་དམངས་གཉིས་ཀ་དཀའ་ཞིང་རང་གི་མི་ཆོ་གཅིག་གི་འཆོ་བ་ལེགས་པོར་ཞིག་སྤྱིལ་ཐུབ། ལག་ཏུ་ལོན་པའི་འོས་འགན་དེ་ལེགས་པར་མ་བསྐྱབ་

པར་ངན་པ་དབང་ཡོད་ཀྱིས་ཁྱིམ་ལ་འགལ་སྤྱིག་བསྟོག་བྱས་ན་མཐའ་ཐུག་རང་
ཉིད་ཆག་སྒོ་ཆེན་བཅོན་ཏུ་ལྷུང་བ་དང་། ཡང་ན་ལས་ཀ་ཤོར། རང་དང་རང་གི་
པ་མས་དཀའ་ལས་བརྒྱབ་སྟེ་སྟོབ་པའི་ལས་ཀ་དེ་དཀར་ཡོལ་རྩོ་སྟག་ཏུ་ལྷུང་བ་
ལྟ་བུ་ཞིག་རེད། དེས་ན་རང་གི་མཁུན་ལམ་གྱི་ཆེད་ཏུ་སྤྲུ་གུ་ལ་ཡག་པོ་གྱིས་ཟེར་
བའི་དགོས་པ་དེ་ཡིན།

དགེ་ཆན་གྱིས་ལས་ཀ་དེ་སྤྲུ་གུ་རྣམས་ལ་ཡི་གེ་བསྐྱབ་སྐྱ་རྒྱུར་པ་ཞིག་གི་མི་
ཆོད་པར། ད་རུང་འདྲིག་རྟེན་ལུགས་ཀྱི་ཀུན་སྨྱོད་ལུགས་པ་ཞིག་ཀྱང་བསྐྱབ་སྐྱུའི་
འོས་འགན་ཡོད་རེད། སྤྲུ་གུ་ནི་ཤོག་གུ་དཀར་པོ་སྨྱོད་པ་ཞིག་དང་གཅིག་པ་རེད།
དེའི་སྟོན་ཏུ་ཡིག་གཟུགས་གང་འདྲ་ཞིག་འབྲི་བ་ནི་དགེ་ཆན་ལ་རགས་ལས་ཡོད་
པ་ཞིག་རེད། དེར་རབས་སྟོབ་གསོའི་ལུགས་ལ་སྤྲུ་གུ་ལ་སྟོབ་གསོ་གཏོང་སྐབས་
ཕན་ཚུན་གོས་བཟུར་གྱི་སྟོན་པ་སྟོབ་གསོ་བྱ་དགོས། སྟོན་མར་སྤྲུ་གུའི་སྟོན་མཐའ་
དགེ་ཆན་དང་མཐུན་པ་ཞིག་གི་ཐབས་བྱེད། དེ་ནས་ཁོའི་རྒྱུད་ཀྱི་སྨྱོད་ངན་
རྣམས་རིམ་བཞིན་སྤངས་སྟེ་མི་ཡ་རབས་སྨྱོད་བཟང་ཅན་ཏུ་འགྱུར་བ་བྱ་རྒྱུ་དེ་
དེར་རབས་སྟོབ་གསོའི་ཆ་བའི་ཐབས་ཤེས་ཤིག་རེད། དེ་ནི་རྒྱལ་ཁབ་ཕྱི་ནང་
ཐམས་ཅད་ལ་དར་སྟེལ་བཏང་དང་གཏོང་བཞིན་པའི་ལུགས་སྟེལ་ཞིག་རེད།
གནའ་པོའི་རུས་སུ་ཡི་གེ་སྟོབ་སྐབས་སྤྲུ་གུ་བཅར་བརྟུང་བྱ་བའི་ལུགས་སྟེལ་དེ་རྒྱ་
བོད་གཉིས་ཀ་ལ་ཡོད་ཀྱང་དེ་ནི་རྗེས་ལུས་ཀྱི་བསམ་སྟོ། ལྷ་སྟོའི་སྨྱོད་པ་ཞིག་
རེད། ཡོ་རོབ་དང་ཨ་རི་སོགས་ལ་དགེ་ཆན་གྱིས་སྟོབ་སྤྲུག་བརྟུང་ན་བཅོན་ཏུ་
བརྟུག་ངེས་རེད། དགེ་ཆན་ལྟ་ཅི་པ་མས་ཀྱང་བརྟུང་མི་ཆོག་ལ། བརྟུང་ན་ཉེན་
རྟོགས་པ་ཡོང་ནས་སྤྲུ་གུ་བདག་པོ་བྱེད། པ་མ་ལ་ཆད་པ་བཅད་སྟེལ་ཡོད། རྒྱ་
ཡུལ་ཏུ་ལོ་ཉི་ཤུ་དང་སྟུ་ཅུའི་གོང་ན་སྟོབ་གུའི་ནང་ཏུ་སྟོབ་མ་རྟུང་མཐའ་གྱི་
དགེ་ཆན་ཡོད་ཀྱང་དེ་ནི་ཀྱང་པོའི་སྤྱི་ཚུགས་ཀྱི་དཔལ་ཡོན་ཡར་རྒྱས་ཆོད་ལྟན་
ཞིག་ཀྱང་མེད་པའི་རྒྱུན་ལས་ཀྱང་བ་ཞིག་རེད། རུས་རབས་ཉེར་གཅིག་པའི་
སྐབས་འདིར་སྤྱིར་ཀྱང་པོའི་སྤྱི་ཚུགས་དཔལ་ཡོན་དར་རྒྱས་དང་། རྩེ་བྲག་དགེ་
ཆན་གྱི་སྤྱས་ཆོད་མཐོ་ཏུ་བྱིན་སྐབས་ད་སྐབས་སྟོབ་རྒྱུར་ནང་ཏུ་སྟོབ་སྤྲུག་རྒྱུར་

२ དེ་ཙམ་གཉིས་ལ། དག་ཅེས་ཡིན་ན་སྒྲིལ་བྱ་སྤྱད་བྱེད་མི་རུང་། དག་
ཅེས་པ་དེ་ཡིན་ཏེ་ཅེས་པ་དང་། སྤྱི་ལ་བཅས་བརྒྱུད་བྱེད་སྤྱད་པ་སྤྱི་ལ་བཅས་
པ། རྒྱུ་ལྡན་གྱི་བསམ་སྤྱོད་དང་། དག་ཅེས་ཞིག་གིས་སྤྱོད་སྤྱད་བརྒྱུད་སྤྱད་པ་ལས་
ཁྱེད་ཀྱི་ལས་བྱས་པ་དེ་དག་ཅེས་ཀྱི་ལས་མ་དང་། མིའི་ནང་ལ་སྤྱོད་དང་།
རྒྱུ་ལྡན་པའི་ནང་ན་དེ་ཙམ་གྱི་སྤྱོད་པ་ལས་སྤྱད་པ་ཞིག་དང་། སྤྱོད་སྤྱད་ཅེས་
ཀྱི་སྤྱོད་རང་གིས་བདག་སྤྱོད་བྱ་བྱུང་དང་། དེ་ཙམ་དང་སྤྱད་སྤྱད་ཀྱི་རང་གི་
སྤྱད་པ་ལས་མ་དང་། རྒྱུ་ལྡན་སྤྱད་སྤྱད་ཀྱི་སྤྱད་པ་སྤྱད་རང་ལ་
དག་ཅེས་སྤྱོད་རང་གིས་གཏོ་བེད་པ་ལ་ཞོན་མཁན་ཞིག་ཆགས་བསྐྱེད་དང་། བོད་
ཀྱི་གཏམ་དཔེ་ལ། བྱམས་སྤྱོད་ཀྱིས་པའི་སེམས་ཀྱིས་ཤེས། ཟེར་བ་ལྟར་དང་།
བསམ་སྤྱོད་ལག་པོར་ཞིག་ཐོངས་དང་། དག་ཅེས་ཞིག་གིས་སྤྱད་སྤྱད་བརྒྱུད་སྤྱད་
སྤྱོད་རང་དང་སྤྱད་སྤྱད་གཉིས་ལ་ཕན་པ་མེད་པའི་གཞོན་པ་དང་། དག་སྤྱོད་བརྒྱུད་
བརྒྱུད་སྤྱད་པར་ཆགས། ལམ་འགྲོ་མེད་ན་སྤྱོད་རང་ཆད་པ་ཤིགས། ལས་ཀ་
མོར། གཉིས་ཀ་ལ་ཕན་ཐོགས་མེད་པའི་བྱ་བ་མ་བྱེད། ལྷག་པར་དུ་བཅོལ་
ཁང་གི་དག་ཅེས་ཅེས་པ། སྤྱད་སྤྱད་སྤྱད་དེ་དག་ལ་བདག་སྤྱོད་བྱེད་པ་ལ་དག་ཅེས་
དཔེ་ཡོད་དང་། ཡིན་ནའང་ལས་ཀ་དེ་སྤྱོད་རང་གིས་དེ་བྱས་པ་དེ་ཙམ་

ཞིག་འབྱུང་པས་སེམས་བདེ། བྱོད་རང་ཡང་ལས་འགན་ཞིག་འབྱུང་སྟེ་ཁྱེ་ལྟར་པོ་
 ཡང་རུ་ཕྱིན་པ་རེད། དེ་ནས་རྒྱལ་ཁབ་གྱིས་བསྐྱོས་པའི་ལས་འགན་དེ་ལེགས་
 གུལ་ཡོང་ཆེད་རུ་ཏང་བྲིམས་དང་། རྒྱལ་བྲིམས་ཐམས་ཅད་ལ་བརྟེན་ཐུང་བྱ་རྒྱ་དེ་
 གལ་ཆེན་པོ་རེད། བྱོད་རང་གིས་སྤང་བའི་ལས་ཀ་ནི། དེར་རུས་སྤྱི་ཚོགས་
 འབྲུག་ཆ་དོད་པོའི་ནང་རུ་ཤོ་བག་ཆེད་བ། ཆང་རག་འཁུང་བ། རྫོག་བརྟན་ལེན་
 པ་སོགས་བྲིམས་འགལ་སྤྱི་ག་བསྐྱོག་གི་ཆ་རྒྱུན་མང་པོ་འཕྲད་རུས་དོག་གཟབ་བྱ་
 དགོས། ལས་ཀ་གང་བྱས་ན་དུན་པ་དང་ཤེས་བཞིན་པའི་སྟོན་ལས་ཀ་བྱས་ན་
 རྟོར་འབྲུལ་མི་འབྱུང་བ་ལ་ཕན་ཐོགས་ཆེན་པོ་ཡོད་རེད། དང་རུ་སྤང་བའི་ལས་
 ཀ་ནི། སྔོང་རིམ་གྱིས་ཡུལ་གང་རུ་ལས་ཀ་བྱེད་སར་གཏོང་བྱུང་ན་ཡུལ་དེའི་སྟེ་
 འབངས་ཀྱི་འཚོ་བའི་མཐུན་རྒྱུན་ཡར་རྒྱས་བྱ་རྒྱུར་འབད་བཅོམ་བྱ་དགོས། རྒྱལ་
 ཁབ་གྱིས་བྱོད་རང་གི་རྒྱུན་ལྡན་གྱི་འཚོ་བ་ལ་འདྲང་ངེས་གྱིས་སྤྲོ་སོགས་སྤྲད་ཡོད་
 རེད། རྒྱས་རྫོས་ཚུད་ཟོས་ཀྱི་འཚོ་བ་དགོས་དོན་མི་འདུག །བྱོད་རང་གི་ལས་
 འགན་དེ་མི་དམངས་ལ་ཞབས་འདེགས་ལུ་ཡས་རེད། ཐོག་མར་རང་གི་ས་མ་
 དང་། བྱིམ་ཆང་དེའི་ཟས་གོས་འཚོ་རྟེན་ལག་པོ་ཞིག་བསྐྱབ་རྒྱ་བཤད་མ་དགོས་
 པ་རེད། རང་དོན་གཏན་ནས་མེད་པའི་བྱང་ཚུབ་སེམས་དཔའ་ད་ལྟ་ཡོད་མ་
 རེད། ལས་འགན་གཉིས་པ་དེ་སྤྱིད་གཞུང་གིས་བྱོད་རང་ཡུལ་གང་གི་འགོ་བྲིད་
 བྱེད་ས་བཏང་ཡོད་པ་ཡུལ་དེའི་སྟེ་འབངས་ཀྱི་འཚོ་བ་ལེགས་བཅོས་བྱ་རྒྱའི་ལས་
 ཀ་ལ་འབད་བཅོམ་དང་། དེར་རུས་རྒྱལ་ཁབ་གྱིས་མི་སེར་རྣམས་ལ་གཞིགས་
 རྫོང་གི་གནང་སྤྱིན་གང་ཡོད་ཆད་ལུས་མེད་པ་ཁོ་ཚོའི་ལག་ནང་རུ་འབྱོར་བྱུང་པ་
 ཞིག་བྱ་དགོས། དེ་ནི་རྒྱལ་ཁབ་གྱིས་བསྐྱོས་པའི་འོས་འགན་ཡིན་ལ། བོད་ལུགས་
 ལ་ལས་རྒྱ་འབྲས་བསྐྱུང་བྱེར་བ་ཡང་དེ་རེད། མི་གཤིས་དང་ཏང་གཤིས་སྤང་
 མེད་དོར་ནས་བྱིས་སྤྱག་ཁ་ནས་འབྱུ་རོ་མ་བཅོམ། དེ་ལྟར་བྱས་ན་མི་དམངས་ལ་
 ཕན་པ། བྱོད་རང་གི་ལག་ན་ཡོད་པའི་དཀར་ཡོལ་ལྟ་བུའི་ལས་ཀ་དེའང་ཡུན་
 རིང་རུ་བརྟན་བྱུང་པ་སྟེ་རང་གཞན་གཉིས་ཀ་ལ་ཕན་པ་ཞིག་ཡིན་པ་ངོས་ཟིན་
 པར་གྱིས།

རང་གི་མི་ཆོའི་མདུན་ལ་མ་ཆེད་དུ་ལས་རྒྱ་འབྲས་དང་། བྱིས་ས་སྒྲིག་ལས་
 བཟུང་རྒྱ་གཡ་ཆེ། རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་ཙྰ་བྱིས་ས་བཟུང་། སྤྱིད་གཞུང་གི་སྒྲིག་བྱིས་ས་
 བཟུང་། འཇིག་རྟེན་མི་ལུགས་ཀྱི་རྒྱ་འབྲས་བཟུང་རྒྱ་དེ་རང་གི་མདུན་ལ་མ་གྱི་
 ཆེད་དུ་རེད། རང་ལ་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱིས་ཡིད་ཆེས་སྟོབ། སྤྱིད་གཞུང་གིས་མདུན་ལ་མ་
 གྲུད། མི་དམངས་ཀྱིས་ཡིད་ཆེས་སྟོབ་པའི་ཆེད་དུ་རེད། དེ་ནི་མཐར་ཐུག་རང་ལ་
 མཚན་བྱེད་ཅིག་རེད། རྒྱལ་ཁབ་ལས་བྱེད་པ་ཡིན་ན་ཆོས་ལུགས་ལ་དད་པ་ཡོད་ན་
 མེད་ན་གཉིས་ཀ་འགྲིག་པ་རེད། གུང་ཁུན་ཏང་ཡོན་ཡིན་ན་ཏང་མ་གཏོགས་
 ཆོས་ལ་དད་པ་བྱེད་མི་ཆོག་པ་ནི་ཏང་གི་སྒྲིག་ཡིག་ནང་དུ་གཏན་འབེབས་བྱས་
 པ་ལྟར་རེད། འོན་ཀྱང་མི་སྲུ་ཡིན་ཀྱང་ལས་རྒྱ་འབྲས་དང་འགལ་མི་རུང་བ་ཞིག་
 རེད། དེར་དུས་འགའ་ཞིག་གིས་ཆོས་ལ་དད་པ་མེད་ན་ལས་རྒྱ་འབྲས་མི་བཟུང་
 བ་ཞིག་རེད་ཟེར་བ་ནི་ནོར་འཁྲུལ་རེད། ལས་རྒྱ་འབྲས་དང་ཆོས་ལུགས་དད་པ་
 གཉིས་འབྲེལ་བ་གང་ཡང་ཡོད་མ་རེད། ལས་རྒྱ་འབྲས་ཟེར་བ་དེ་རྒྱ་སྐད་དུ་ 道
 德, ཟེར་བ་དེ་རེད། དེ་ནི་ཏང་སྤྱི་ནང་གི་མི་སྣ་སྲས་ཀྱང་འགལ་མི་རུང་བ་ཞིག་
 རེད། དེ་ལས་སྟོག་པ་དེར་དུས་ཆོས་ལུགས་པ་དེ་དག་ལ་ལས་རྒྱ་འབྲས་ཡོད་མ་
 རེད། དེར་དུས་སླ་མ་དང་སྦྱུལ་སྦྱུ། ཆོས་དད་བྱེད་མཁན་སྟོག་བསྐྱེད་ཆོགས་པ་ཟེར་
 བ་དེ་དག་གིས་ལས་རྒྱ་འབྲས་སྤྱང་བཞིན་མེད་པ་ནི་མཐོང་བཞིན་པ་འདི་རེད།
 དེས་ན་ལས་བྱེད་རྣམ་པས་སྟོག་ཟ་རུལ་སྤངས་མ་བྱེད། མི་དམངས་ལ་མཐོང་
 རྒྱུ་དང་རྒྱུ་བྱེད་པ་བྱུང་མ་བྱེད། བོད་རིགས་མི་དམངས་དེ་དག་གིས་བཤད་སྟངས་
 རྣམ་འགྱུར། བྱ་སྟོང་ཅི་གང་ཐད་དུ་མ་མཛོའ་བ་དང་། ཡིད་དུ་མི་འོང་བ་མང་པོ་
 ཡོད་པ་བཤད་མ་དགོས་རེད། འོན་ཀྱང་ཁོ་ཆོའི་ཆོངས་པའི་བྱ་སྟོང་དེ་དག་
 བཟོད་པ་བཟོམ། རྟིང་རྟེ་བསྐྱེད་དེ་སྟོབ་གསོ་ཡག་པོ་གིས། ཁོ་ཆོ་རྣམ་འགྱུར་རན་
 པ་དེ་དག་ཆོངས་པའི་དབང་གིས་ཡིན་པ་དོ་ཤེས་པ་བྱས་ན་ད་གཟོད་བཟོད་པ་
 བཟོམ་ཐུབ་བཟི་རེད། རྒྱ་ནོར་སྟོག་ཟ་བྱ་དགོས་པའི་རྒྱ་མཚན་གཙོ་བོ་ཞིག་ནི།
 དེར་དུས་གསར་འགྱུར་ཁག་ལ་བརྟུས་ན་དུ་བའི་སྟོག་དུ་སྟུགས་བཞག་པ་དང་།
 མ་ཅང་ཆེད་མཁན། བྱ་སྟོག་གཞིན་ནུ་ནག་ཡན་ཏར་ཆོགས་བྱེད་མཁན་གྱི་ལས་

བྱེད་པ་དང་འགོ་བཟུང་དེ་དག་རེད་འདུག། ཁོམ་པ་དང་པོ་ནོར་འབྲུལ་ཆུང་དུ་
 ཞིག་གིས་སྐྱོན་ནས། ཁོམ་པ་གཉིས་པ་རྒྱལ་ཁབ་དང་མི་དམངས་ཀྱི་རྒྱ་ནུབ་སྐྱོག་
 ཟུ་བྱ་རྒྱུ་ཁྲིམས་འགལ་གྱི་ལམ་ལ་འགོ་འགོ་བཅུགས་ཡོད་པ་ཞིག་རེད། དེས་ན་
 རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་གཞུང་ཞབས་པའི་རྒྱལ་བཀའ་སྤྱོད་ཐོག་དུ་བསྐྱེད་ཟེན་པ་ནས་བཟུང་དུས་
 དང་ནམ་པ་ཀུན་དུ་རང་གི་ཀུན་སྨྱོད་དང་། སྤྱི་གཤིམ་ལ་རང་གིས་དོ་དམ་བྱ་
 དགོས་པ་ནི་རང་སྤྱང་གི་མདུན་ལམ་དང་། ཁྲིམ་ཆང་གི་འཆོ་བ་བསྤང་སྦྱོབས་བྱ་
 བའི་སྤྱང་འཁོར་ཡག་ཤོས་དང་བཅན་ཤོས་དེ་རེད། ལྷག་པར་དུ་ས་གནས་ལས་
 བྱེད་པ་ནམས་ཀྱིས་མི་དམངས་ཀྱི་རྒྱ་ནུབ་སྐྱོག་ཟུ་བྱེད་པ་དང་། ཞིང་ཆེན་རིམ་
 པའི་འགོ་བཟུང་ནམས་ཀྱིས་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་རྒྱ་ནུབ་སྐྱོག་ཟུ་བྱེད་པ་གཉིས་ལ་མི་
 དམངས་ཀྱི་འཆོ་བ་ལ་ཐད་ཀར་གཞོད་དང་མི་གཞོད་ཀྱི་བྱུང་པར་ཆེན་པོ་ཡོད་
 རེད། འགོ་བཟུང་ཆེན་པོ་དེ་དག་གིས་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་ནོར་མཛོད་དང་ལས་གཞིའི་
 རང་ནས་སྐོར་མོ་སྐྱོག་ཟུ་བྱེད་པ་དེས་གོང་གསེབ་མི་དམངས་ཀྱི་འཆོ་བ་ལ་ཐད་
 ཀ་གཞོད་མི་སྲིད་པ་ཞིག་རེད། ས་གནས་ལས་བྱེད་པས་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱིས་མི་
 དམངས་ལ་ཐུག་སྦྱོབ་དང་། སྤྱོད་རིན། ཚ་རིན་རྒྱ་རིན་སོགས་གནང་སྤྱོད་སྤྱོད་
 ཆོགས་ཡོད་པ་དེ་དག་སྐྱོག་ཟུ་བྱེད་པ་དེ་ཐད་ཀར་མི་དམངས་ཀྱི་ལག་ནས་འཕྲོག་
 བཅོམ་གྱི་བྱ་བ་ཞིག་རེད། བོད་ཀྱི་གཏམ་དཔེ་ལ། ཁྱིམ་སྤྱུག་ཁ་ནས་འབྲུ་རོ་འཕྲོག་
 ཟེར་བ་དེ་རེད། ཆོས་དང་འཇིག་རྟེན་གང་གིས་ལྷགས་བྱས་ན་མི་དམངས་ཀྱི་ཁ་
 རས་འཕྲོག་བཅོམ་བྱ་རྒྱ་དེ་ནི་ཁྲིམས་དང་སྤྱི་གཤིམ་དང་འགལ་བ་ཡིན་པ་མ་
 ཟེད་ཆེས་རྒྱ་འབྲས་མེད་པའི་ལས་ཀ་སྤྱུག་ཤོས་ཤིག་རེད། ཁྱོད་ཆོ་གུང་ཁྲན་ཏང་
 གི་ལས་བྱེད་པ་ལྷ་ཅི་སྤྱང་ཁུ་དང་དྲེད་མོང་སོགས་གཅན་གཟན་གསུགས་པ་ཅན་
 དེ་དག་གིས་ཀྱང་རང་གི་སྤྱ་བྱའི་ཁ་ནས་ཤ་བཅོམ་ལེ་མ་རེད།

༥ འགག་རྩེ་ཐུག་དུས་དྲན་པ་དང་ཤེས་བཞིན་པའི་རང་ནས་ལས་ཀ་བྱེད་
 རོགས། དྲན་པ་དང་ཤེས་བཞིན་པ་ཟེར་བ་འདི་ཆོས་ལྷགས་པའི་ཉམས་ལེན་
 སྐབས་ཀྱི་ཐ་སྙད་ཅིག་རེད། དྲན་པ་ཟེར་བ་དེ་དུལ་ལྷའི་སྐད་ཅིག་འདི་ལ་རང་གི་
 སེམས་ནང་དུ་གང་ཞིག་དྲན་བཞིན་ཡོད་པ་དེར་ཤེས་སྤྱོད་པ་ལ་ཟེར། ཤེས་བཞིན་

པ་ཟེར་བ་དེ། ད་ལྟའི་སྐད་ཅིག་མ་འདི་ལ་རང་གིས་ལས་དང་བྱ་བ་གང་ཞིག་
བྱེད་ཅིང་ཡོད་པ་ཤེས་པ་ལ་ཟེར། དཔེར་ན། ལས་བྱེད་པ་ཞིག་གིས་མི་དམངས་
ཀྱི་རྒྱ་ཚོར་གང་ཞིག་སློག་ཟ་བུ་བའི་ལས་ཚོམ་བཞིན་པའི་སྐབས་སུ། དེ་མ་ཐག་ཏུ་
རང་གིས་མི་དམངས་ཀྱི་རྒྱ་ཚོར་སློག་ཟ་བུ་བའི་ལས་ཀ་བྱེད་བཞིན་ཡོད་པ་དེ་ཉ་
གོ་བ་ལ་དྲན་པ་ཟེར། བྱ་བ་དེ་ཉ་གོ་བ་དང་བཟང་ངན་གི་ལས་གང་ཞིག་གི་
ཁོངས་སུ་གཏོགས་པ་ཉ་གོ་བ་དེ་ཤེས་བཞིན་པ་ཟེར། དེ་ལྟ་བུའི་སྐད་ཅིག་ཐམས་
ཅད་ལ་དྲན་པ་དང་ཤེས་བཞིན་པའི་སློ་དེ་ཡོད་ན་མི་དགེ་བའི་སྦྱོང་ངན་མང་པོ་
ཞིག་དེ་མ་ཐག་ཏུ་བཀག་སྟབས་ཅིང་ཡོད་པ་རེད། ལས་དང་བྱ་བ་གང་བྱས་ཀྱང་
དྲན་པ་དང་ཤེས་བཞིན་པ་དེ་ཡོད་ན་རང་གི་བྱ་ལས་ལ་བརྟག་དབྱེད་བྱེད་ཅིང་
ལས་དེ་བཟང་ངན་གང་ཡིན་ཤེས་ཤིང་། བཟང་པོ་ཡིན་ན་རྒྱུན་འབྲེངས་དང་།
ངན་པ་ཡིན་ན་སྤང་བའི་སེམས་སྦྱེ་སྟབས། རྒྱུན་རྒྱུན་དུ་དྲན་པ་དང་ཤེས་བཞིན་པ་
ཟེར་བ་དེ་ཉམས་ལེན་བྱ་སྟབས་པ་དཀའ་མོ་རེད། རྒྱལ་འབྱོར་པ་མི་ལ་རས་པ་ལྟ་
བུ་ཞིག་ཡིན་ན་འང་སྐད་ཅིག་ཙམ་ཡང་མ་གཡེངས་པ་དྲན་པ་དང་ཤེས་བཞིན་
པའི་ངང་དུ་མ་ཡེངས་པ་ཞིག་ཡོང་དཀའ་བ་ཞིག་རེད། དེས་ན་དཀའ་ངལ་དང་
སྤྲད་པའི་འགག་རྩའི་རྒྱུ་སྟེ་དྲན་པ་དང་ཤེས་བཞིན་པའི་ངང་དུ་ལས་ཀ་བྱེད་པ་
དེ་ཉ་ཅང་གལ་ཆེན་པོ་ཞིག་རེད། སྐད་ཅིག་མ་དེ་ལ་བྱེད་བཞིན་པའི་བྱ་སྦྱོང་དེའི་
མཚུགས་འབྲས་ཉ་ཅང་ངན་པ་ཞིག་ཡིན་པ་དེ་མ་ཐག་ཏུ་དྲན་པ་དང་ཤེས་བཞིན་
ཀྱི་སློ་ཡིས་ཟིན་ན་དེ་མ་ཐག་ཏུ་སྦྱོང་ངན་དེ་ལས་བརྒྱུག་སྟབས་པ་སྲིད། སྦྱོང་ངན་
མི་བྱེད་ཅིང་སྟགས་བསམ་ཡག་པོ་ཞིག་འགྲུབ་སྟབས་པའི་དམ་བཅའ་ཞིག་བྱས་ན་
དཔེ་ཡག་པོ་ཡོད་རེད། ང་རང་གི་ཉམ་སྦྱོང་ཐོག་ནས་བཤད་ན། ང་ཐོག་མར་པེ་
ཅིང་ཀྱང་དབྱང་མི་རིགས་སློབ་གྲྭ་ཆེན་མོའི་ནང་དུ་ལས་ཀར་འགོ་དུས། ང་ལ་
སྟག་དོག་བྱེད་མཁན་ཆུང་པོ་ཞིག་གི་རྟག་པར་ང་ལ་བསམ་འཆར་བཏོན་ཞིང་།
ང་ལོ་རྒྱུང་བ་དང་། ང་རྒྱལ་ཆེ་བ་སོགས་སློན་བརྗོད་སྤྱི་ཚོགས་བྱས་པའི་འབྲས་བུ་
མ་ཐོན། དེ་ནས་ཆབ་སྲིད་ཀྱི་ངོས་ནས་ངས་དམངས་དད་དྲིལ་བསྐྱགས་པ་དང་།
མཐའ་རུ་ལྟུང་བའི་པོད་ཀྱི་ལ་རྒྱ་བཤད་པ་སོགས་བསམ་འཆར་མང་པོ་ཞིག་

བཏོན་ནས། ང་ཕྱིར་ཕུད་པའི་འབད་བཙོན་སྟོང་མེད་བྱས་སོང་། ངས་དམ་
བཅའ་ཞིག་བཞག་པ་ཡིན། ས་པའ་གསུངས། གལ་ཏེ་དགྲ་ལ་ཚོལ་འདོད་ན། །
རང་ཉིད་ཡོན་ཏན་ལྡན་པར་བྱ། །དེ་ཡིས་དགྲ་ཡང་སེམས་བསྐྱེགས་ཤིང་། །རང་
ཡང་བསོད་ནམས་གོང་དུ་འཕེལ། ཟེར་བ་དེ་ངའི་དམ་བཅའ་རེད། དམ་བཅའ་
དེ་བཟུང་ནས་ངས་ལས་ཀ་དང་སྟོབ་སྟོང་ལ་བྱགས་ཆེན་པོ་བརྒྱབ་པ་མ་བཟད།
ཆབ་སྲིད་དང་། སྤྱི་གུ་ལམ་ཐད་ལ་ཏ་ཅང་གིས་དོགས་ཚོན་བྱས་པ་ཡིན། ཏུས་
རྒྱན་པན་པ་མེད་པའི་ཆབ་སྲིད་དང་འགལ་བའི་གཏམ་འཆལ་དང་། ལས་བྱེད་
པའི་སྤྱི་གུ་ལམ་དང་མི་མཐུན་པའི་བྱ་སྟོང་ལ་ཏ་འཛུམ་ཞིང་ཏ་ཅང་དོག་ཚོན་ཆེན་
པོ་བྱས་པ་ཡིན། ང་ལ་གནོད་པ་བྱེད་མཁན་གྱི་རྒན་པོ་དེས་དོན་དངོས་ང་པན་
སྐྱོགས་ཆེན་པོ་ཞིག་བྱུང་། ཁོད་ཏུས་རྒྱན་དུ་ངའི་སྟོན་འཚོལ་ཞིང་ཡོད་སྟབས་
ངས་གཏམ་སྐད་ཆ་དང་། བྱ་སྟོང་ཆང་མ་ལ་ཏ་གཟབ་པས་མཐར་ང་ལ་ལས་
ཀའི་གྲུབ་འབྲས་ཡག་པོ་ཞིག་སྟོབ་པའི་མཐུན་རྐྱེན་ཞིག་ཆགས་འདུག །རྒྱ་མཚན་
དེ་དག་ལ་བརྟེན་ནས་ངས་འཚོ་བའི་ཆ་རྒྱན་སྤང་མེད་དུ་དོར་ནས་ལས་ཀ་དང་
ཞིབ་འཇུག་ལ་འབད་བཙོན་བྱས་སྟབས། ང་ལ་གྲུབ་འབྲས་བྱེད་དུ་འཕགས་པ་
ཞིག་སྟོབ་པ་རེད། སྐབས་དེར་ང་དང་ལྷན་དུ་ལས་ཀ་བྱེད་མཁན་གྱི་དགེ་རྒན་
རྣམས་ལོན་གཞོན་པ། རྒྱ་ཡིག་རྒྱ་ཆོད་མཐོ་བ། བྱིས་ཆང་དཔོན་པོ་ཡིན་པ། བྱང་
ཁྲང་ཏང་ཡོན་ཡིན་པ་སོགས་སྟོགས་གང་ཐད་ནས་ང་ལས་ཆ་རྒྱན་བཟང་བ་དེ་
དག་རྗེས་སུ་རིག་གཞུང་ཞིབ་འཇུག་གི་གྲུབ་འབྲས་མ་འདང་པ་ཁོ་ནའི་དབང་
གིས་ང་ལས་མཐོ་བའི་རིག་གཞུང་གི་ལས་སྟོབ་རག་པ་གཅིག་ཀྱང་བྱུང་མ་སོང་།
སྐབས་དེར་ཡོད་པའི་རྒྱ་བོད་གཉིས་ཀྱི་དགེ་རྒན། ལོན་རྣམས་གཞོན་ཆང་མའི་
ནང་དུ་འབྱུང་རམས་པའི་འཇུག་སྟོན་གྱི་སྟོབ་ཐང་རག་པ་ང་ལས་གཞན་པ་
གཅིག་མ་གཏོགས་བྱུང་མ་སོང་། དེ་ནི་ང་རང་གི་ལས་ཀའི་ཐད་དམ་བཅའ་དེ་མ་
གཏོང་ཞིང་ལས་ཀ་བྱས་པའི་གྲུབ་འབྲས་ཤིག་རེད། འོན་ཀྱང་སྐབས་དེར་འཚོ་
བའི་ཆ་རྒྱན་ཐད་ལ་ང་སྟོ་ཤོས་དང་ལྷག་ཤོས་ཡིན། བེ་ཅིང་དུ་ལོ་ངོ་ཉེར་དུག་
ཅམ་ལས་ཀ་བྱས་ཀྱང་ལས་གཡོལ་མ་བྱས་པའི་སྟོན་ཅམ་དུ་ཁང་པ་ཆེན་པོ་ཞིག་

རག་བྱང་མ་གཏོགས་མི་ཆོ་གཅིག་ལ་བྱན་མོང་གི་ཉལ་ཁང་དང་། དེ་ནས་བཟའ་
ཟླ་ཞིག་བཅའ་ནས་བྱིམ་ཞིག་བཅུགས་ཀྱང་ཁང་ཆུང་མིད་ཁྱིེ་བཞི་བཅུ་ལྷག་ཙམ་
ཅན་ཞིག་གི་ནང་དུ་འཕྲོ་བ་སྐྱེལ་ནས་བསྐྱད་པ་ཡིན། ངའི་དམ་བཅའ་དེ་འབྱུབ་
པའི་ཆེད་དུ་འབད་བཙོན་བྱས་པ་དེས། ངའི་ལས་དོན་ལ་གྲུབ་འབྲས་ལེགས་པ་
ཐོབ་ཀྱང་འཕྲོ་བའི་ཆ་རྒྱན་ལ་གྲུད་སྦྱོན་གང་འཚམས་ཐེབས་པ་རེད། ལས་ཀ་
གང་ཞིག་བསྐྱབ་པ་ལ་དམིགས་ལྷལ་ཞིག་དང་དམ་བཅའ་ཞིག་བཞག་ན་དོན་དེ་
འབྱུབ་པ་ལ་དཀའ་ངལ་གང་འཚམས་ཤིག་བྱད་བསད་བྱ་དགོས་པ་འབྱུང་སྲིད་
ཀྱང་། དེ་ལ་འབྲས་བུ་བཟང་པོ་ཞིག་ཐུབ་པ་ང་རང་གི་ཉམས་ཚུང་ཡིན། བཟོད་
པ་སྒྲོམས་ཟེར་བ་དེ་གོང་སྒྲེའི་དཔོན་པོ་ནམས་ཀྱིས་མི་སེར་གྱིས་སྒྲིག་འགལ་དང་།
འབྲུག་ཚུད་སོགས་ལ་བཟོད་པ་སྒྲོམས་ཟེར་བ་ཡིན། གང་ཞེ་ན། ཁྱིད་རང་ལྷལ་སྒྲེ་
དེའི་དཔོན་པོ་རེད། དཔོན་པོས་བཟོད་པ་སྒྲོམ་ཞིང་སྒྱིང་རྒྱེའི་སྒྲོ་ནས་རྒྱ་མཚན་
བཤད་དེ་མི་དམངས་ལ་སློབ་གསོ་བྱེད་པ་ནི་དཔོན་པོ་བཟང་པོ་རེད། རང་འོག་
གི་འབངས་ལ་བརྟམས་བཅོས་དང་བྱབ་ཚད་བྱས་ན་དཔོན་ངན་རེད། འདྲ་མཉམ་
ལ་ཐབས་ཀྱི་སྒྲོ་ནས་རང་ཉིད་ལ་རྒྱལ་ཁ་ཐོབ་པའི་ཐབས་ཤིག་བཅའ་བ་དེ་ཡང་
སྐྱེས་པ་པོ་རབས་ཀྱི་ལས་ཀ་རེད། །

བོད་ཀྱི་སློམ་འཛིན་སྤང་བ་སམ་མ་གྱི་རིག་གནས་ལ་དབྱད་པ།

2021.10.21

༡ བཅས་ཅད་དབང་ཏུ་བརྩུ་བའི་སྤང་བ་སམ་མ། དེ་རིང་ངའི་བརྗོད་བྱའི་ཁ་བྱང་ལ།
 བོད་ཀྱི་སློམ་འཛིན་སྤང་བ་སམ་མ་གྱི་རིག་གནས་ལ་དབྱད་པ། ཞེས་པའི་བརྗོད་གཞི་ཞིག་
 ཡིན། ཁ་བྱང་འདི་དེང་རུས་ཞིབ་འཇུག་སློབ་མ་རབ་འབྱམས་པ་དང་། འབྲུམ་
 རམས་པ་རྣམས་ལ་ཞིབ་འཇུག་གི་བསམ་སློང་དང་ཁ་བྱང་གསར་པ་ཞིག་འོས་སྤྱོད་
 ཡིན། དེང་རུས་བོད་ཀྱི་ཆོས་ལུགས་ལ་ཞིབ་འཇུག་བྱེད་མཁན་ཆོས་གནའ་བོའི་
 ཆོས་གྱི་རིག་གཞུང་གི་ལྟ་བུ་ཁོ་ན་ལ་ཞིབ་འཇུག་བྱེད་པ་ཙམ་ལས། མིག་སྔའི་ཆོས་
 བྱེད་མི་སྤང་བ་སམ་མ་གྱི་ལ་ཞིབ་འཇུག་བྱེད་མཁན་ད་ལྟའི་བར་དུ་བྱང་མི་
 འདུག །སྤང་ནས་སློབ་གྲྭ་ཆེན་མོའི་སློབ་མ་རྣམས་ཀྱིས་བརྗོད་གཞི་འདི་ལ་གཞི་
 གཟུང་ནས་དབྱད་ཚུལ་གྱིས་ན་གསར་གཏོང་གི་རང་བཞིན་ལྟན་པའི་དབྱད་ཚུལ་
 ཞིག་རེད། ངས་འདི་བཤད་དུན་པའི་སྐལ་སློང་གི་ཁྱེད་ཀྱི། ཉེ་ཆར་མཁན་པོ་
 ཚུལ་ཁྲིམས་སློབ་གྲྭ་གྱི་སྐལ་པར་ཆེན་པོ་ཞིག་ཁ་མར་བསྐྱོར་ནས་ཆོས་འཆད་ལུག་རྒྱ་
 འདུ་པོ་ཞིག་བྱས། ངའི་པར་ཞིག་ཁོང་གི་པར་ལས་རྒྱུད་བཞིག་བཅོས་ཏེ། དེའི་
 མདུན་ན་ཁ་ཡར་བསྐྱོར་བ་ཞིག་བསྒྲིགས་སྤྱོད་བྱས། དེའི་འོག་ནས་ཐུབ་བཞུན་
 ལུན་ཆོགས་ལྟ་ལོག་དང་དམ་ཉམས་ཡིན་པ་དེ་ལ་མཁན་པོས་བཀའ་བསྐྱོད་དང་
 དམ་བཞག་བྱེད་ཅིང་ཡོད་པའི་སྐྱོར་གྱིས་ནས་བྱ་ཆོམས་ནང་དུ་བརྒྱུད་བསྐྱར་
 བྱེད་བཞིན་པ་མཐོང་། བྱིས་པའི་ཆེད་མོ་ལྟ་བུའི་ལས་ཀ་འདི་ཡིས་ང་ལས་གཡོལ་
 ངལ་བསོ་བྱས་ནས་བསྐྱད་ཡོད་པ་ཞིག་ལ་ཕན་གནོད་གང་ཡང་ཡོད་མ་རེད།
 དེས་ན་ཁོང་སློབ་ཞེས་དང་། སྤང་བ་རྣམས་རྟོག་གང་ཡང་མེད། དེ་ལས་སྤྲོག་པ་
 དེང་རུས་སློམ་འཛིན་ལས་ཀ་འདིས་བོད་ཀྱི་སྤང་བ་སམ་མ་ལ་ཕན་པ་ཞིག་མཐོང་བྱུང་།
 བོད་རིགས་གཞོན་ནུ་རྣམས་ལ་ང་ཆོ་སློམ་འཛིན་སྤང་བ་སམ་མ་གྱི་ལོ་བདུན་བརྒྱ་ལྷག་ཙམ་

ལ་དབང་བསྐྱར་བྱས་པ་དེ། དག་འདུལ་གཉེན་སྦྱོར་གི་ཐབས་ལམ་སྦྱོར་བསམ་
འདི་ལྟ་བུ་ཁོ་ནས་རུས་འདའ་སྟེ། བོད་ཁམས་རུས་མེད་དབུལ་ཕོངས་ཡི་རྒྱལ་ས་
ཀྱི་ཡུལ་ལྟ་བུ་ཞིག་བྱས་ཡོད་པའི་དཔེར་མཚན་གྱི་སྟོབ་དེབ་ཡག་པོ་ཞིག་རེད་
སྟེ། དེར་རུས་རྒྱུང་མ་པའི་མཁན་པོ་ཡིན་ཟེར་བ་དེའི་མདུན་ན་བྱབ་བསྟན་
བྱུན་ཚོགས་ཟེར་བ་དེ་འགན་ཁུ་ལས་བྲལ་བ་ཞིག་ཡིན་པ་དང་། དེ་དང་ཁོ་རང་
ཚོའི་མཁན་པོའི་བར་ལ་འགན་ཚུན་བྱས་ན་ཁོ་རང་ཚོའི་གཟི་བརྗིད་ལྟ་བུ་ཞིག་
མཐོང་སྟེ། བྱབ་བསྟན་བྱུན་ཚོགས་དང་ཚུལ་བྱིམས་སྟོ་གྲོས་ཀྱི་འགལ་བ་ཟེར་ཡི་
གེ་མང་པོ་གཏོང་བཞིན་ཡོད་འདུག །དེ་བྱེད་མཁན་དེ་ཁོ་རང་ཚོའི་ཚོས་ཚོགས་
ཀྱི་གྲུ་ཇོ་དེ་ཚོ་ཡིན་ངེས་རེད། ང་ཅི་ཚུལ་བྱིམས་སྟོ་གྲོས་དང་འགན་ཚུན་དགོས་
པ་གང་ཡང་མེད། རེད་གཉིས་ལས་ཁྱངས་གཅིག་པའི་ལས་བྱེད་པ་དང་། ཡང་
ན་དགོན་པ་གཅིག་གི་སྒྲ་མ་ཡིན་ན་འགན་ཚུན་ཟེར་བ་དེ་ཡོང་སྟེད་པ་ཞིག་རེད།
མཁན་པོ་རེད་གཉིས་གནས་སའི་ཡུལ་ཁ་ཁ། འགྲོ་སའི་ལམ་ཁ་ཁ། བསྐྱབ་བྱའི་
ལས་ཁ་ཁ་ཡིན་པ་ལ་འགན་ཚུན་ཡོང་མི་སྟེད་པ་རེད། ཏ་དང་གཡག་གི་བར་ལ་
འགན་བསྐྱར་དགོས་དོན་མེད་པ་ནི་སྤྱི་ཁྱད་ཀྱི་ཤེས། དེ་ལས་སྟོག་པ་ལོ་ཤས་སྟོན་
ལ་མིག་སྒར་གྱུ་མཐའ་སོ་སོའི་ནང་དུ་མཁན་པོ་སྐད་གཤམ་ཆེ་ཤོས་རྒྱག་གདམ་
གསེས་བྱས་ཤིང་། དེ་དག་སོ་སོའི་གྱུ་མཐའི་བྱང་ཚོས་དང་མི་སྒྲེར་གྱི་ཡོན་ཏན་
ལ་བསྟགས་བརྗོད་བྱས་པའི་ཤོ་ལོ་ཀ་གཉིས་རེ་གིས་ནས་བཏང་ཡོད་པ་དེའི་ནང་
དུ་རྒྱུང་མའི་མཁན་པོ་སྐད་གཤམ་ཆེ་ཤོས་ཁོང་བཞག་ཡོད། འོན་ཀྱང་གསེར་ཏ་
སྒྲ་བྱང་ཚོས་སྐར་ནང་གི་གྲུ་ཇོ་རྣམས་དང་། དེར་སྟོབ་སྦྱོར་ཞུགས་སྦྱོར་བའི་སྒྲ་གྲུ་
བྱུན་མོང་གི་སྦྱོན་ཆ་དེ་དག་སྤང་གཉེན་ཞེན་ཏ་ཅང་ཐལ་ཆེ་བ་ཞིག་བྱང་ཡོད་པ་
འདིའི་རྒྱ་མཚན་ནི། ཡུལ་ངེས་མེད་ནས་བྱང་བའི་སྤང་འབྲུམ། སྤངས་པའི་ཡོན་
ཏན་མེད་པ། བསྐྱབ་བྱའི་ཚུལ་བྱིམས་མེད་པ། འཇིག་རྟེན་མི་ལུགས་དང་དམ་
པའི་ལྟ་ལུགས་གཉིས་ཀ་མི་ཤེས་པ། གནས་སྐབས་ཚོས་དང་སྒྲ་མ་ལ་སྟུན་དད་ཁོ་
ན་ཅན་གྱི་གྲུ་ཇོ་མང་བའི་སྦྱོན་དུ་ངེས། ཁོང་གིས་ལོ་ཉི་ཤུ་ཙམ་གྱི་གོང་ལ་ངའི་
དཔེ་ཆ་བོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་པར་རྩ་གའི་ལྟུ་མིག་ཅེས་པ་དེ་ལ་དགག་པ་ཞིག་གནང་།

ཡོད་འདུག །དགག་བྱ་གཙོ་བོ་དེ་ངས་རྒྱལ་པོ་སྤང་དར་མ་དཀར་འདོན་བྱས་པའི་
 འོན་ཏེ་རེད། དེ་ཁོ་རང་གྲུ་པ་ཞིག་ཡིན་པའི་ཆ་ནས་ངས་བསམ་འཆར་མེད། གྲུ་
 པ་ཟེར་བ་དེ་ཆོས་དང་ཐུག་དུས་བདེན་རྒྱུ་གི་དབྱེ་བ་མེད་པ་རང་སྟོག་སྟོས་
 གཏོང་བའི་བསམ་སྟོ་ཡོད་པ་ཞིག་རེད། ངས་ཁོང་མི་སྒྲིལ་དགག་པ་བྱེད་མ་
 གྱུར། འོན་ཀྱང་ཁོང་གིས་བཟོས་པའི་དགེ་བཅུ་འི་ཁྱིམ་སྒྲིལ་བ་དེ་ལ་ངས་ནམ་
 ཡིན་དགག་པ་བྱེད་ཅིང་ཡོད། དེ་ནི་བོད་མི་དམངས་ཀྱི་འཆོ་བ་ལ་གཞོན་པ་ཆེ་
 བ་མ་ཟད། སྤྱི་ཚོགས་ནི་བདེ་ལའང་གཞོན་སྟོན་ཆེ་བ་ཞིག་རེད། འོན་མེད་པའི་
 མི་དང་མིའི་བར་ལ་ཕན་ཚུན་མཐོང་རྒྱུ་དང་། དམའ་འབེབས་བྱེད་ཅིས་ཀྱི་
 འོན་ཆུན་མང་པོ་ཞིག་དགེ་བཅུ་འི་ཁྱིམ་སྒྲིལ་བ་དེས་བྱས་ཡོད་པ་མ་ཟད། དེ་
 ཉིད་ངོ་བོ་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་རྩ་ཁྱིམ་དང་འགལ་བ་ཞིག་ཡིན་སྟབས་ངས་དགག་པ་
 ཐེངས་མང་བྱས་པ་ཡིན། ཁྱིམ་སྒྲིལ་བཟོ་བ་ལ་ས་གནས་རིམ་པ་ཁག་གི་སྲིད་གཞུང་
 བརྒྱུད་དེ་མི་དམངས་འཕུས་མི་ཚོགས་ཆེན་མ་གཏོགས་གཞན་མི་སྒྲིལ་དང་།
 ཚོགས་པ་སུ་ལའང་ཁྱིམ་སྒྲིལ་བཟོ་བའི་དབང་ཆ་ཡོད་མ་རེད། བྱས་ན་ཁྱིམ་སྒྲིལ་
 རེད། འདི་ཆོས་ཀྱི་ལས་ཀ་མ་རེད། ཆབ་སྲིད་ཀྱི་ལས་ཀ་རེད། ཁོང་རྣམ་པ་ས་
 གནས་ཤར་སྲིད་གཞུང་དང་། སྤྱི་བདེ་ལས་ཁུངས་ཀྱི་མངགས་གཏོང་ཁང་གི་མི་
 དེ་དག་གི་ལས་ཀ་དང་དབང་ཆ་ལ་ཡོད་སྟོན་ཆེ་དུག་པས་དེའི་རྣམ་པ་ལྟ་བུ་ཞིག་
 འབྲུབ་སྟོན་སྟབས་པའི་ཀྱན་སྟོང་གིས་བྱས་པ་ཞིག་རེད་སྟེ།

སྟབས་བཅས་སྟབས་ཚོགས་དབང་དུ་བསྐྱུ་བའི་པར་རིས་ཞིག་བཟོས་པ་འདི་ནི་ཁོ་
 རང་ཆོ་ཆོས་ལུགས་ཀྱིས་སྟོང་བསམ་སྟོ་ནས་ལྟ་འདྲི་དབང་དུ་བསྐྱུ་བའི་བསམ་སྟོ་
 ལས་བྱུང་བའི་འབྲུལ་རྟོགས་ཤིག་རེད། དཔེར་ན། ཁོ་ཆོས་བསྐྱུང་འཁོར་དང་།
 བཞེགས་བསྐྱུང་སོགས་སྟོམ་པའི་སྐབས་སུ། བདག་ཉིད་སྐྱེད་ཅིག་གིས་དབང་
 ཆེན་རྟ་མགིན་འབར་བའི་ཉམས་དང་ལྡན་པའི་སྐར་གུར། ཟེར་ཞིང་ཁོ་རང་ཡང་
 གང་ཞིག་སྟོམ་པའི་ལྟ་སྟོ་བོ་རྟ་མགིན་ལ་སོགས་པའི་ལྟ་གང་དེ་ཡིན་པ་བསམ།
 དེས་སྟོང་གསུམ་གྱི་ལྟ་འདྲི་ཐམས་ཅད་དབང་དུ་བསྐྱུས་ཟེར་བ་བསམ་བཞིན་
 ཡོད་པ་ལྟར། འགྲོ་བ་མིའི་རིགས་ཐམས་ཅད་ཀྱང་དེ་ལྟར་བསྟོམ་སྟོབས་ཀྱིས་

དབང་རྩ་བཟུ་ཐུབ་པར་སེམས་པ་ནི་འབྱུང་སྒྲུང་རེད།

१ འཇིགས་སྐུལ་བྱེད་པ་ལྟར་། རི་རྒྱུ་ཐོག་ཏུ་བོད་མི་དམངས་ཚམས་སྒྲ་མའི་
 འཇིགས་སྐུལ་ལ་མགོ་སྐྱར་ནས་བསྐྱོད་ཡོད། སྒྲ་མ་དགོན་པ་ཆོས་མི་མེར་ལ་བོད་
 ཆོའི་བཀའ་ལ་མ་ཉིན་ན་ལྟ་སྐྱོད་ལ་བཀའ་གཏང་དང་། མཐུ་མོར་གཏོང་རྒྱ་ཞེས་
 སྐྱེགས་མོ་བྱེད་སྐོལ་ཡོད་པ་དེ་ལ་བོད་རིགས་ཀྱི་ཞུག་ཞུག་མཐོ་དམན་ཆོང་མ་སྐྱེག་
 རྒྱས་བཅི་བཀའ་བྱེད་ཅིང་ཡོད། དཔེར་ན། སྤྱི་ལོ་1945 ལོར་ཅམ་ན་སྤེ་དགོ་རྒྱལ་
 བོའི་བཀའ་ཐམ་སྤྱིག་དམར་མ་ ཟེར་བ་དེ་བྱ་ཆོད་སྟོབས་ལྡན་གྱིས་གཡོ་ཐབས་
 གྱིས་འཕྲོག་སྟེ་ཡིད་ལྟོང་བྱ་ཆོད་པོ་བྱང་ཏུ་བདག་ཉར་བྱས། སྤེ་དགོའི་པོ་བྱང་
 རྒྱས་ཁྱིམས་མཐུན་གྱི་བཀའ་དབང་མོར་བ་དང་། དཔལ་སྐྱེད་ས་སི་ཏུ་བརྒྱ་དབང་
 མཆོག་རྒྱལ་པོས་དཔལ་སྐྱེད་ས་དགོན་ཏུ་དབུ་སྒྲ་ཁག་ལྟ་ནས་སྒྲ་སྐུལ་རྒྱས་ལྡན་
 ཁག་གཅིག་གདན་དྲངས་ནས་རྟིང་མའི་བཀའ་བརྒྱུད་གྱི་སྐུབ་ཆེན་ཞིག་འཕྲོགས།
 སྐབས་དེར་སྤེ་དགོའི་མདུན་སྟོར་དང་། ཉོར་འདྲ་སོགས་དཔོན་རིགས་གང་དྲག་
 རྒྱམས་གདན་འདྲེན་ཞུས། བཀའ་བརྒྱུད་གྱི་གཏོར་བརྒྱངས་བའི་སྤེ་ཉིན་དེར།
 དབུ་སྒྲ་ཁག་ལྟ་དང་། མདུན་སྟོར་དཔོན་རིགས་རྒྱམས་ལྡན་རྒྱས་གྱི་འཕྲོགས་
 འདུས་ཐོག་སི་ཏུ་བརྒྱ་དབང་མཆོག་གིས། ད་སྤེ་དགོ་རྒྱལ་པོ་ཞལ་བཞུགས་ཏུས་
 སྤེ་དགོའི་དབུ་སྒྲ་དང་། རྒྱལ་པོ་སྐུ་གཤེགས་ཏུས་རྒྱལ་ཆོབ་ཡིན། སྤེ་དགོའི་ཆོས་
 སྤྱིད་གཉིས་པོ་བརྟན་སྐྱོང་བྱ་རྒྱུ་དེ་བའི་ལོས་འགན་ཅིང་། བཀའ་ཐམ་སྤྱིག་དམར་
 མ་སྤྱིའི་ལག་ཏུ་ཡོད་ན་མྱིར་སྤེ་དགོའི་པོ་བྱང་ཏུ་འཕྲོག་དགོས། གལ་སྤྱིད་མ་སྤྱིད་
 རྒྱས་པ་ཉིན་བཀའ་བརྒྱུད་གཏོར་མོར་འདི་བཀའ་ཐམ་སྤྱིག་དམར་མ་བདག་ཉར་
 བྱེད་མཁན་གྱི་རྟིང་ཏུ་གཏང་བྱེད་རྒྱུ་ཡིན། ཞེས་ལྡན་རྒྱས་ཐོག་བྱུང་བསྐྱེགས་
 གནང་། ཏུས་དེར་བྱ་ཆོད་སྟོབས་ལྡན་ལྟ་སྐྱོད་གི་བཀའ་ཆད་ལ་ཞིང་ནས་བཀའ་
 ཐམ་མྱིར་སི་ཏུ་རིན་པོ་ཆེའི་སྐྱེག་ཏུ་ལུལ་རྒྱུ་ཁས་སྐྱེད་ས། དེ་ནས་བཀའ་ཐམ་སྤྱིག་

དམར་མ་སྒྲིབ་པའི་ཕོ་བྲང་དུ་ཕྱིར་འཛོག་སྐབས་པ་བྱང་བ་རེད། ཅེས་སྒྲོབ་དཔོན་
བཀའ་དྲིན་ཅན་ཐང་སྒྲ་ཆོ་དབང་དང་། མཛེས་མདའ་ཨ་ཆོག་ས། ཁོ་པོ་ཡབ་
ཆེན་དམ་པ་སོགས་རྒྱན་རིགས་ཁག་གི་དག་ལས་སྟོན།

༩ དག་འདུལ་གྱི་མྱོང་བསམ། གནའ་དུས་སྒྲ་མ་དགོན་པས་པོད་མི་དམངས་
རྒྱལ་ལ་ལྟ་དང་སྤྱང་མ་གཏོང་ནས་བཀའ་ཆད་གཅད་རྒྱ་ཡིན་ཟེར་བ་ན་ཆང་
མ་སྒྲག་སྟེ་ཅི་གསུང་བཀའ་སྒྲུབ་ཅིང་ཡོད་པ་ལྟར། ཕྱིའི་དག་པོ་ལ་ཡང་ལྟ་སྤྱང་གི་
རྣམས་པ་ཞིག་ཐོན་སྐབས་པ་ཡིད་ཆེས་བྱས་ཏེ་གཏོ་བོར་ཆེན་པོ་དང་། མདོས་ཐག་སྒྲ་
ཆོག་ས་བྲན་ཁིང་རྒྱུ་པོ་འདྲ་བྱས་པ་དེ། འོན་ཏེ་དངོས་ལ་རྩལ་ཐན་མཆོན་ཆ་ཞིག་
ཡིན་བསམ་ནས་ལོ་ངོ་བརྒྱ་ལྷག་མང་པོ་ལ་རང་མགོ་རང་གཡོག་བྱས་ནས་བསྐྱད་
པ་རེད། ལོ་སར་དགུ་གཏོར་ལ་སོགས་འཆར་ཅན་གྱི་ཆོས་ལུགས་བྱེད་སྒྲིལ་ཁིང་
ཟན་དང་། ས་འདག་གི་ཡིད་ཆེས་མིའི་གཟུགས་ཤིག་བཅའ་ཁིང་དེ་ཉིད་འཆམ་
རའི་དཀྱིལ་དུ་བྱེད་ཁིང་། ཁྱོད་ཆོག་ས་རྒྱལ་གྱིས་མདུན་དུ་སྒྲ་མ་ཞིག་གིས་ལྟ་
ནག་གྱོན། དར་ནག་གཡུག་ཅིང་རལ་གྱི་ཞིག་གིས་ལིང་ག་དེ་ཉིད་དུམ་བུར་
གཏུབས། སྒྲ་མས་བསམ་ན་དག་བཞགས་ཐམས་ཅད་བསྐྱལ་ཆར་བསམ། མི་
དམངས་ཀྱིས་ཀྱང་དེ་ལ་ཡིད་ཆེས་ཐོབ་ནས་དགོན་པའི་བཀའ་ལས་སྒྲོག་མི་པོད་
པ་ཆགས་པ་རེད། འོན་ཀྱང་དོན་དངོས་ལ་ཕན་ཐོགས་གང་ཡང་བྱུང་མི་འདུག །
ཕྱི་ལོ་ ༡༩༡༩ ལོར་དབུས་གཙང་གཡུ་འབྲུག་གི་སྐབས་སུ་རྒྱལ་བ་སྐྱ་ཕྱིང་བཞི་པ་
ཡོན་ཏན་རྒྱ་མཆོས་གཙང་དམག་ལ་མཐུ་བོར་བཏང་ཡང་གཞོད་སྒྱུན་གང་ཡང་
མ་བྱུང་། དེའི་ཕྱི་ལོ་ཅམ་ལ་ཁོང་རང་ཉིད་སྐྱ་གཤེགས་པ་རེད། ཡང་། ཕྱི་ལོ་
1899ལོར་རྒྱལ་ཆབ་དེ་མོ་དག་དབང་སློབ་བཟང་སྤྱན་ལས་རབ་རྒྱས་དང་། ཆ་པོ་
འོར་བུ་ཆོ་རིང་དང་དོན་ལྡན་སོགས་ཀྱིས་པོད་ཀྱི་ཆབ་སྲིད་དབང་ཆ་ཡོངས་
ཆོག་ས་གཟུང་རྒྱུ་རེ་བས། རྩལ་འི་སྒྲ་མའི་དགུང་སྟོང་མཆོན་གསལ་བཀོད་པའི་
ཡིད་བཅས་པ་དང་། གནན་གཏད་ཀྱི་རྣམས་སྒྱུར་མང་པོ་ལྟ་སའི་ཕྱོགས་བཞིར་སྐྱས་
ནས་ནད་ལུག་མཆོན་གསུམ་སོགས་བཀྲ་མི་ཤིས་པའི་ལྟས་ངན་འབྱུང་བའི་རེ་བ་
ཡིས་དཔལ་རི་སྐྱལ་སྐྱ་དང་། ཉག་སྐྱལ་སོགས་ལ་མདོན་སྒྱུད་ཀྱི་ཆ་ག་མང་པོ་

བསྐྱབ་ཏུ་བཅུག་པ་དང་། རུག་སྒྱུར་གྱིས་རྒྱ་ལའི་སྤྱ་མ་དགོང་ཆེས་བྱས་པ་མཐེལ་
བརྟོལ་བྱང་བས། དེ་དག་ལ་ཁྲིམས་ཆད་འོས་འཚམ་བཅད། དེ་ནས་སྤྱི་ལོ་
༡༧༥༠ལོར་བཅིངས་འགོལ་དམག་མི་ཆབ་མདོར་སླེབས་རུས། སྤེ་པ་གཞུང་གིས་སྤྱ་
ས་ནས་གཏོར་བཞོག་འདོན་ཞིང་བཅིངས་འགོལ་དམག་གཏོར་མས་བཞོག་ཐུབ་
པ་ཡིད་ཆེས་བྱས་པ་རེད། དེ་ལྟར་སྤྱིང་བསམ་གྱིས་དག་འདུལ་གཞིན་སྤྱིང་གི་ལས་
ཀ་ལོ་ངོ་བརྒྱ་ཕུག་མང་པོ་བྱས་པ་རེད།

༤ རྒྱག་འཁྱར་གྱི་སྤྱང་བསམ། འཇམ་བྱ་སྤྱིང་གི་མི་ཚང་མས་ཕུག་པོ་འཁྱར་
དགོས་ན་བསམ་སྒོ་བཏང་། ལས་ཀ་བྱེད་དགོས་པ་བཤད་མ་དགོས་པ་རེད། བོད་
ལ་གནའ་སྤྱ་མོ་ཕུག་པོ་ཡོང་བའི་ཐབས་ལ་ནོར་ལྷ་གསལ། གསེར་འོད་འདོན།
གཡང་སྐྱབས་བསྐྱབས། རྒྱང་རྟ་སྒྲོན་ཞིང་ལོ་ལྟར་དེ་འདྲའི་ཆོ་ག་མང་པོ་བསྐྱབས་
ཡོད་ཀྱང་ཕུག་པོར་འཁྱར་མཁན་ཡོད་མ་རེད། གལ་སྲིད་གསེར་འོད་དང་གཡང་
སྐྱབས་བསྐྱབས་པས་ཕུག་པོར་འཁྱར་ན་འཇམ་བྱ་སྤྱིང་ན་བོད་ལས་ཕུག་པ་མེད་
པ་ཞིག་འཁྱར་དགོས་ཀྱང་། དེ་ལས་ལྷོག་སྤེ་བོད་ལས་སྤྱང་མེད་པ་ཞིག་ཆགས་
ཡོད་པ་ནི་དངོས་ཡོད་གནས་ཚུལ་རེད། དེར་རུས་ཡོན་ཏན་ཅན་རྟོག་སད་པ་དེ་
དག་གི་དྲ་བའི་ཐོག་རྒྱ་ཡོངས་གྲགས་ཀྱི་བཤད་སྒྲོལ་ཞིག་ལ། བོད་ལ་ཇམ་རྩ་ལ་
སྐྱབ་མཁན་མང་པོ་ཡོད་རེད། འོན་ཀྱང་ཨ་སྒྲོར་ས་ཡ་ཅམ་ཡོད་པའི་ཕུག་བདག་
མལ་ཆེར་མ་སྲིད་པ་ལྟ་བུ་ཞིག་རེད། འཇར་མན་ལ་ཇམ་རྩ་ལ་སྐྱབ་མཁན་མེད་
ཀྱང་ཨ་སྒྲོར་ས་ཡ་མང་པོ་ཡོད་པའི་ཕུག་བདག་མང་པོ་རེད། དེ་བཞིན་རྒྱ་བོད་
ལ་ཆོ་དབང་ཞུ། ཆོ་རིལ་ཟ་མཁན་མང་པོ་ཡོད་འདུག་ཀྱང་ལོ་བརྒྱ་འདུག་མཁན་
ཆོ་རིང་པོ་ཅན་གཅིག་ཀྱང་མི་འདུག །རི་པན་ལ་ཆོ་དབང་ཞུ་མཁན་དང་། ཆོ་
རིལ་ཟ་མཁན་མེད་ཀྱང་ལོ་བརྒྱ་ལོན་པའི་ཆས་པོ་ཆན་མོ་མང་པོ་ཡོད་པ་རེད།
ཅས་གསུངས་འདུག །དེ་སྤྱིང་བསམ་གྱིས་ཕུག་པོ་བྱ་བའི་ཐབས་རེད།

༥ ནད་ཡམས་སྒྲོན་འགོག་གི་སྤྱང་བསམ། བོད་ཀྱི་ཡུལ་རྒྱ་འཁྱབ་ཐབས་མེད་པའི་
སྤྱིང་བསམ་གྱིས་ནད་ཡམས་སྒྲོན་འགོག་བྱེད་སྒྲོལ་ཡོད་རེད། ཡམས་ནད་དང་
རིམས་ནད་ཟེར་བ་དེ་དག་རྩིས་ཡོད་ཀྱི་དངོས་པོ་རེད། གནའ་བོའི་བོད་ཀྱི་ཡུགས་

སྒྲིལ་ལ་སྤྲུགས་འདོན་ནས་ནད་ཡམས་འགོག་ཐབས། གཏོ་འདོན་ནས་ནད་ཡམས་འགོག་ཐབས། སྒྲིལ་རྒྱུ་ནས་ནད་ཡམས་འགོག་ཐབས་སྤྲུགས་སྒྲིལ་བསམ་མཁུ་པོ་བྱེད་སྒྲིལ་ཡོད་པ་རེད། བདེ་ཐོབ་པ་དེ་རྒྱུ་ཡོད་ཀྱི་དངོས་པོ་རེད། སྒྲིལ་བསམ་གྱིས་དངོས་པོ་བཀག་སྐབ་མི་སྲིད་པ་རེད། དཔེར་ན། ཟ࿳་ལོ་༡༧༧༧ལོར། པཌ་ཆེན་དཔལ་ལྷན་ཡེ་ཤེས་པེ་ཅིང་ལ་ཐེབས། དེའི་ཉེ་སྒྲིལ་དང་སྤྲུག་པོའི་ཡུལ་སྤྲུགས་ལ་ལྷ་འབྲུམ་གྱི་ནད་ཡམས་བྱུང་། མི་རྣམས་གྱིས་པཌ་ཆེན་རིན་པོ་ཆེ་སངས་རྒྱུས་གྱི་སྒྲིལ་པ་ཡིན་སྤྲུགས་ནད་ཡམས་ན་མི་སྲིད་སྒྲིལ་པའི་སྒྲིལ་དེ་ལ་མངལ་འཕྲད་དང་བྱིན་རྒྱལ་ཞུས། ཁོང་རང་ཉིད་ཀྱང་རང་ཉིད་སངས་རྒྱུས་ཡིན་པ་ཡིད་ཆེས་ནས་ནད་ཡམས་སྒྲིལ་འགོག་མ་བྱས་སྤྲུགས་ཟ࿳་ལོ་༡༧༧༧ལོར་པེ་ཅིང་སྤྲུག་ཤེས། དེ་བཞིན་ཀམ་པ་བྱང་ཆུབ་རྩོམ་དང་། ལྷ་དམར་དཔལ་ཆེན་ཆོས་གྱི་དོན་འགྲུབ་རྣམས་གཉིས་ཟ࿳་ལོ་༡༧༧༧ལོར། རྒྱ་ནག་ཏུ་ཐེབས་པའི་ལམ་བར་ལྷ་འབྲུམ་སྒྲིལ་ནས་སྤྲུག་ཤེས་པ་རེད། སྤྲུག་དེར་སྤྲུག་འཁོར་རྣམས་གྱིས་ཀྱང་སྤྲུག་མ་སངས་རྒྱུས་ཡིན་པའི་འདུ་ཤེས་གྱིས་མངལ་མཁན་བྱུང་རིགས་བྱུར་བཀག་མ་བྱས་སྤྲུགས་ཉིན་ལྟ་བུ་བྱས་ནས་སྤྲུག་ཤེས་པ་རེད། དེ་ལྟར་སྒྲིལ་བསམ་གྱིས་དོན་དངོས་འགྲུབ་རྒྱ་མཐོང་པའི་དཔེར་འདི་དག་རེད།

༦ དེར་བྱས་སྒྲིལ་བསམ་ལ་རེ་བའི་ཐོད་མེད་བསམ་སྒྲིལ། ད་ལྟ་ཏོག་དབྱིབས་ནད་རྒྱུ་གིས་འཛམ་བུ་སྤྱིར་ལ་བྱུང་། འཛམ་སྤྱིར་རྒྱལ་ཁབ་སྤྲུག་ཀྱང་དེ་འགོག་བྱེད་གྱི་སྒྲིལ་དང་། བཅོས་བྱེད་གྱི་སྒྲིལ་མ་ཐོན་པའི་རྒྱུ་འདིར། ཐོད་གྱི་སྒྲིལ་པ་ཆོས་ནག་པོ་དག་སྒྲིལ་གྱིས་ནད་ཡམས་འགོག་སྐབ་པ་དང་། ཐོད་སྒྲིལ་གྱིས་བཅོས་སྐབ་པ་དྲིལ་བསྐྱུགས་བྱས། ར་པ་ཁུལ་གྱི་སྤྲུག་མ་ཞིག་གིས་དགོན་མཆོག་གསུམ་ལ་སྒྲིལ་གཅིག་མེས་གཅིག་གིས་དད་པ་བྱས། དགེ་ཚུལ་སྒྲིལ་རྣམས་གྱི་བསྐྱེད་སྤྲུག་ཡག་པོ་བསྐྱེད་ན་ནད་ཡམས་འགོག་མི་སྲིད་པ་ངས་ཁག་ཐེག་ཡིན། གལ་སྲིད་ནད་བྱུང་ན་ངས་ནད་གཤོག་བྱེད་ཆོག་ཅེས་དྲིལ་བསྐྱུགས་པ་རེད། གསེར་རྟ་སྤྱི་བྱུང་ནས་གཟུངས་སྤྲུགས་རྩོམ་པོ་ཞིག་ཁྱེད་འདོན་ན་ནད་ཡམས་བཀག་སྐབ་པའི་འགྲུལ་བཤད་བྱས་པ་དྲ་བའི་ཐོག་ཏུ་མཐོང་བྱུང་། དེ་ནས་ཐོད་ནད་ལ་ཐོག་མར་

རྟུ་རྫོང་ལ་ནད་ཡམས་བྱང་ཡོད་པ་དེ་ཐོག་མར་སྤྲོ་མ་ཞིག་གིས་བྱིར་ནས་གོང་
མི་མང་པོ་ཞིག་དང་འབྲེལ་བ་བྱས་ཆེན་གྱིས་བྱང་ཡོད་པ་ཤེས་གསལ་ལྟར་རེད།
སྤྱི་རྒྱལ་དུ་ཐོད་ཀྱི་སྤྲོ་མ་དང་སྤྲོ་གསལ་པ་ཡིན་ཟེར་ནས་རྟོག་དབྱིབས་ནད་ལ་སྤྲོ་གསལ་
གཏོང་མཁན་དེ་དག་མི་རིང་བའི་རང་ཚོ་ཡང་གོངས་པ་རེད། རྒྱ་གར་དང་བལ་
ཡུལ་ན་ཐོད་རིགས་བརྒྱ་དང་བརྟན་ཆུ་གོངས་པ་རེད། དེ་དག་ཚང་མ་ཚོས་དང་
དཀོན་མཆོག་ལ་དད་པ་མེད་མཁན་མ་རེད། ཡང་། སྤྲོ་གསལ་དེར་སྤྱི་རྒྱལ་ལ་ཡོད་
པའི་ཐོད་རིགས་ཚོངས་དད་དྲིལ་བསྐྱགས་པ་དེ་དག་གིས། གྲུང་གོའི་ཞིང་ཆེན་
ཐམས་ཅད་ལ་ནད་ཡམས་གྱིས་བྱང་གྲུང་ཐོད་ཡུལ་ལ་ནད་མེད་པ་དེ་མཁའ་
དབྱགས་གཅོང་བ་དང་། ཐོད་ཀྱི་མགུར་ལྟ་བུ་གསུམ། བརྟན་མ་བརྟན་གཉིས་
རྣམས་གྱིས་སྤྲོ་གསལ་མགོན་བྱས་པ་རེད། ཅེས་རྟོང་བཤད་མང་པོ་བྱས་སོང་། །

དེ་ནི་རྒྱལ་ཁབ་གྱིས་ནད་ཡམས་སྤོན་འགོག་ལས་ཀ་དམ་འཛིན་བྱས་ཏེ་ནད་
པ་རྣམས་དང་སྤྱི་སྤྲོ་གསལ་ཤིང་བྱུར་བཀག་བྱས་པའི་སྤྲོ་གསལ་གྱིས་རྟུ་གོང་པ་ལུང་
པའི་ཐོད་ཀྱི་ཡུལ་དུ་ནད་ཡམས་དེ་ལོ་གསུམ་ཅུ་ལ་མཆེད་མ་ཐུབ་པ་རེད། སྤྱི་ལོ་
༡༩༡༡ ལོར་རྒྱལ་ཁབ་གྱིས་ནད་ཡམས་བཀག་སྤོན་གྱི་ལས་ཀ་དེ་ལྟོད་པ་དང་ཐོད་
ཁམས་ཡོངས་ལ་ནད་ཡམས་བྱང་པ་རེད། བརྟན་མ་བརྟན་གཉིས་དང་མགུར་ལྟ་
བུ་གསུམ་སོགས་གྱིས་བཀག་མེད་པ་གསལ་པོར་ཤེས་པ་རེད། ཐོད་ཡུལ་གཞན་
དུ་ནད་ཡམས་བྱང་ཚུལ་གསལ་པོ་མི་ཤེས། ཁམས་སྤྲོ་གསལ་སྤྱི་ལོ་
༡༩༡༧ལོར་རྟུ་ནད་དུ་ནད་ཡམས་དེ་བྱིན་རྟུ་ནད་ཡམས་ཐེབས་མཁན་སྤྲོ་མ་ཞིག་
ལ་ནད་ཡམས་དེ་འགོས་ཡོད་སྤྲོ་གསལ། རྟུ་གོང་སྤྱི་ལོ་མི་སེར་ལ་འགོས་པ་རེད།
ད་ལོ་ཡང་ཐོག་མར་དཀར་མཛོས་རྫོང་དུ་ནད་པ་དང་པོ་དེ་སྤྲོ་མ་རེད། དེ་ནས་
དཔལ་ཡུལ་རྫོང་དུ་ནད་པ་གཉིས་དང་དོགས་གཞི་ཅན་གྱི་མི་བཞི་འདུག་ཅེས་
གསར་འགྱུར་ནང་དུ་བཀོད་ཡོད་པ་དེ་ལས་ནད་པ་ཐོག་མ་དེ་ཡ་ཆེན་སྤྱི་གྲུ་
པ་བཞི་རེད་ཅེས་རྫོང་སྤྱི་ཡུལ་མིའི་ངག་ལས་སོས། སྤྱི་དགེ་རྫོང་རྩུང་ར་ཤང་ལ་
ནད་དེ་ཐོག་མ་ཡོང་བྱངས་གྲུང་སྤྲོ་མ་རེད་ཟེར། ལྷགས་ར་དཀོན་པའི་གྲུ་པ་ཁག་
གཅིག་རྩེ་པ་ས་ཁུལ་དུ་ཤ་ཉོ་སར་སོང་ནས། ཤ་སྤྱི་སྤྲོ་གསལ་གང་དུ་དེ་པ་ཡུལ་

སླེབས་པ་དང་། ལྷ་པ་དེ་དག་ལ་ནད་ཡམས་འགོས་ཡོད་པའི་སྐྱོན་གྱིས་གྲོང་སྡེའི་
ནང་དུ་ནད་ཡམས་བྱབ་སོང་ཅེས་ཡུལ་མིའི་དག་ལས་སོས། དེ་ལྟར་ན་རྩ་པ་
མཛོད་ཚང་སྤྱ་མའི་གསུང་ལས་གོ་ལྡོག་པ། བོད་དུ་ནད་ཡམས་བྱིར་མཁན་གཙོ་
པོ་སྤྱ་མ་ཆགས་སོང་། ཡང་། གསེར་རྟ་སྤྱ་རུང་གི་མཁན་པོ་ཞིག་གིས། ནད་
ཡམས་འདི་བོད་དུ་སླེབས་པ་དང་རྒྱས་པ་རྒྱུར་ནས་ན་བ་མ་གཏོགས་ཤི་བའི་སྐྱོན་
བྱེད་མི་རྒྱས་པ་ཞིག་ཆགས་ཚར་པ་དེ་དགོན་མཆོག་གསུམ་གྱི་ཐུགས་རྗེ་རྒྱས་པ་
རེད་ཅེས་གསུངས། སྤྱ་མ་རྣམས་ཀྱི་བསམ་སློབ་ནང་དུ་ཆོས་ལུགས་ལ་རྒྱས་པ་
ཞིག་ཡོད་པ་དྲིལ་བསྐྱགས་བྱ་བ་སྟེ། བོད་ཀྱི་ཞིང་འབྲོག་མི་དམངས་རྣམས་ལྷ་
མཐུད་དེ་མགོ་བསྐྱོར་བའི་ཆེད་དུ། མིག་གིས་མི་བཟླ། རྩ་བས་མི་ཉོན་ནས་ཤེས་
བཞིན་དུ་རྩུན་བསྐྱགས་ཤུགས་ཆེན་བྱེད་པ་ནི་སྤྱ་མའི་བསམ་སློབ་རིག་གནས་
ཤིག་ཡིན་པར་སེམས། བོད་ལ་ཏོག་དབྱིབས་ནད་གྱིས་གྲོངས་པའི་ཕུང་པོ་རྣམས་
བྱ་ཆོད་གྱིས་བཟ་ཐུབ་པ་ཉོན་ཞག་མང་པོ་དུར་ཁྲོད་ནང་དུ་སྤངས་ཡོད་པ་དང་།
དཀར་མཛེས་ཁུལ་དུ་རྫོང་ཁག་སོ་སོའི་ནང་དུ་ཆ་ཆས་མང་པོ་ཤི་དང་ཤི་ལྷས་
ཡིན་པའི་གནས་ཚུལ་དེ་དག་སྤང་མེད་དུ་དོར་ནས་ཆོས་ལུགས་ཀྱི་ལ་རྒྱ་བསྐྱུང་
བའི་ཆེད་དུ་ངོ་ཚ་མེད་པའི་བཀའ་སློབ་འདི་འདྲ་གནང་སོང་། །

འཛམ་བུ་སྤྱིར་གི་ཐབས་ཤེས་མེད་པའི་ནད་ཡམས་གཅིག་ལ་གནའ་བོའི་བོད་
ཀྱི་སྤྱོད་དང་། ཆོས་ལུགས་ཀྱིས་པན་སྐྱོགས་མེད་པ་རྒྱ་རིགས་དང་ཕྱི་རྒྱལ་གྱི་བྱིས་
པ་ཆོས་ཀྱང་ཤེས་ཐུབ་པ་ཞིག་རེད། བོད་མི་རིགས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་ཅན་ནི་སྤྱོད་པ་
དང་སྤྱ་མ་གཉིས་རེད། ད་ལྟའི་བསམ་སློབ་དང་བྱ་སྤྱོད་འདི་ལ་བརྟག་ན་བོད་ཀྱི་
ཤེས་ཡོན་ཅན་ཟེར་བ་དེ་ལྟ་རྒྱ་དང་མཐོང་རྒྱ་རྒྱུར་བ་ཁྲོན་པའི་སྤལ་པ་དང་འདྲ་
བ། ཕྱི་རྒྱལ་གྱི་སློབ་རྒྱུད་སློབ་མའི་ཡོན་ཏན་གྱི་ཆོད་གཞི་ལའང་སླེབས་མེད་པ་
རྒྱར་བལྟས་ལེབ་མཐོང་རེད། དེས་ན་ང་རང་ཆོའི་མི་རིགས་འདིའི་བསམ་སློབ་
དང་། རིག་གནས་དེ་འཛམ་བུ་སྤྱིར་གི་ནང་དུ་རྗེས་ལུས་ཞིག་གནས་ཡོད་པ་ངོས་
འཛིན་དང་། དེ་རི་ལྟར་ཡར་རྒྱས་གཏོང་བའི་ཐབས་ལ་བསམ་སློབ་གཏོང་དགོས་
པའི་དུས་རབས་ཤིག་ལ་སླེབས་ཡོད། །

ཀར་ཤོད་ཀམ་བག་ཤེས་རྟེན་སྤང་།

2021.11.29

དེ་རིང་ཀར་ཤོད་ཀམ་བག་ཤེས་རྟེན་སྤང་ཟེར་ཁ་བྱང་ཞིག་ཐོག་ནས་བཤད་རྒྱ་
ཡིན། ཀམ་སྒར་གྱིས་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་བཤད་སྐབས་ལྷགས་སྒོལ་འབྱེད་མཁན་ཡ་སྟོད་
ནས་མཁའ་བག་ཤེས་དང་། ལྷགས་དེ་རྒྱན་འཛིན་དང་དར་སྒོལ་གཏོང་མཁན་དེ་
ལྷ་ཆེན་ཆོས་བག་ཤེས་དང་། ཀར་ཤོད་ཀམ་བག་ཤེས་ཏེ་བག་ཤེས་རྣམ་གསུམ་
གྱིས་ཀམ་སྒར་གྱིས་དར་སྒོལ་གཏོང་ཟེར་བ་ཞིག་གོང་སྤུལ་རིན་པོ་ཆེས་ཤེས་བྱ་ཀྱན་
ཁྲབ་ནང་དུ་གསུང་ཡོད་ཀྱང་དེ་ལ་དུས་ཚོད་ཁ་གསལ་མེད་སྟབས། བག་ཤེས་
རྣམ་གསུམ་ལས་ཡར་སྟོད་ནས་མཁའ་བག་ཤེས་ནི་ཀམ་པ་མི་བསྐྱོད་དོ་རྗེའི་ཞལ་
སྒོལ་ཡིན་པ་དང་། ལྷ་ཆེན་ཆོས་བག་ཤེས་ནི་འབེ་ལོ་ཆོ་དབང་ཀྱན་ཁྲབ་གྱི་རང་
རྣམ་དུ་ཁོང་གི་མ་ཡུམ་བསོད་ནམས་སྒྲོན་མ་དེ་ཆོས་བག་ཤེས་ཀྱི་ལྷ་མ་སྤྱིང་ཡིན་
གསུང་པ་དང་། ཁམས་སྤུལ་ཀྱན་དགའ་བསྟན་འཛིན་གྱི་རང་རྣམ་དུ་ཁོང་ལས་
དགྲང་ལོ་རྒྱུད་ཟད་ཆེ་བ་ཞིག་ཡོད་པ་གསལ་བ་བཅས་དུས་རབས་གང་ཡིན་ཤེས་
ཀྱང་། ཀར་ཤོད་ཀམ་བག་ཤེས་ཀྱི་འབྱུངས་འདས་ཀྱི་ལོ་ཚོག་དང་། དུས་རབས་ཀྱི་
མཛད་རྗེས་དངོས་ཀྱི་འབྲེལ་ཡོད་ལོ་རྒྱུས་ཡིག་ཚང་མ་རྟེན་སྟབས། བར་སྐབས་
ཤིག་ལ་ཀར་ཤོད་ཀམ་བག་ཤེས་ཀྱི་དུས་རབས་དང་། མཛད་རྗེས་གཏན་འབེབས་
བྱེད་མ་ཅུས་པའི་སྐབས་དེར། ལོ་རྒྱུས་ལ་རྒྱས་མངའ་མེད་པ་དང་། ཞིབ་འཇུག་
གི་འགྲོ་སྟངས་མི་ཤེས་པའི་བོད་མི་ཁག་གཅིག་གིས་སོ་སོས་གང་དྲན་བཤད་པ་
ལས། ཆབ་མདོའི་ལྷ་བཟོ་འགའ་ཞིག་གིས་ཀར་ཤོད་ཀམ་བག་ཤེས་སི་དུ་ཆོས་
འབྱུང་གི་སྒོལ་མ་རེད། སི་དུའི་ཕྱག་གིས་དཔལ་སྤངས་ཀྱི་སྒྲིམ་རབས་དཔག་
བསམ་འཁྲི་ཤིང་གི་ཞལ་ཐང་དེ་འབྲི་མཁན་ཀར་ཤོད་ཀམ་བག་ཤེས་རེད། བདེན་
དཔང་གང་ཡང་མེད་པའི་ཐོག་ནས་གང་དྲན་བཤད་དེ་དཔལ་སྤངས་སྒྲིམ་རབས་
ཞལ་ཐང་ཆབ་མདོའི་ཐང་ཁ་སྒྲིགས་བསྒྲིགས་ནང་དུ་བཞག་ནས་པར་བསྐྱུན་བྱས་

པ་རེད། རྒྱ་མཚན་གང་ཞེ་ན། སི་ཏུ་ཚོས་འབྱུང་ནམ་ཐར་ནང་དུ་ཀམ་བག་ཤིས་
 ཟེར་བ་ཞིག་ཡོད་འདུག་པ་དེ་རྒྱ་མཚན་དུ་བྱེད་ཅིང་ཕུ་མཐུད་ནས་དཔལ་སྤངས་
 ཐང་ཁ་དེ་ཆབ་མདོའི་ཐང་ཁ་ཡིན་པར་བཤད་པ་རེད། དེ་རྗེས་སྐ་པ་ལྟ་བུ་གིས་
 གཞོན་ཏུ་ཀམ་འབྱུག་རྒྱལ་ཟེར་བ་ཞིག་གིས་ཀྱང་མཚོ་སྔོན་གྱི་བརྟན་འཕྲིན་ཞིག་
 གི་ནང་དུ་སྐ་སྟོད་ལྟ་ཆེན་ཚོས་བག་ཤིས་ཀྱིས་བྲིས་པའི་བྱུ་པའི་སྐྱེས་རབས་ཞལ་
 ཐང་དེ་དེང་དུས་དཔལ་སྤངས་དགོན་ནང་དུ་ཉར་ཆགས་བྱས་ཡོད་རེད་ཅེས་
 བཤད་འདུག །ད་ལན་དཔལ་སྤངས་དེལ་རྒྱུ་མ་གྱུན་ཁྱབ་གྱིས་ཀར་ཤོད་ཀམ་
 བག་ཤིས་ཀྱིས་སི་ཏུ་ཚོས་འབྱུང་གི་བྱུག་བྲིས་སྐྱེས་རབས་ཞལ་ཐང་ཉི་ཤུ་སྟོར་དེ་
 ལ་འགྲེལ་བཤད་བྲིས་པའི་ཡིག་ཆ་ཞིག་རྟེན་འདུག་པ་དེའི་ནང་དུ་ཀར་ཤོད་ཀམ་
 བག་ཤིས་ཀྱི་དུས་རབས་དང་མཇུག་རྗེས་སྟོར་གསར་དུ་རྟེན་པ་རེད། དཔེ་ཆ་
 དེའི་ནང་དུ་རྩོམ་པ་པོ་ཀར་ཤོད་ལྷ་ཀམ་བག་ཤིས་ཞེས་གསལ་པོ་བྲིས་ཡོད་
 འདུག །དཔེ་ཆ་འདིའི་ནང་དུ་ཀར་ཤོད་ཀམ་བག་ཤིས་སྟོར་ལ་ལོ་རྒྱུས་ཁ་གསལ་
 འཁོད་པར།

༥ དང་པོ། སྐྱེས་རབས་ཞལ་ཐང་ནམ་བཤད་དཔག་བསམ་ལྷུག་ཕྱན་ཞེས་པ་
 འདིའི་རྩོམ་པ་པོ་ཀར་ཤོད་ཀམ་བག་ཤིས་ཡིན་པར་གསལ། དས་ཀར་ཤོད་ཀམ་
 བག་ཤིས་རྟེན་བྱུང་ཟེར་བའི་དོན་དེ་ཡིན།

༥ གཉིས་པ། དཔེ་ཆ་འདི་བཙུམས་པའི་དུས་ནི་ཀུན་འཛིན་ས་བྱི་ལོ་ཞེས་པ་སྤྱི་
 ལོ་༡༧༥༤ལོར་ཡིན་པ་གསལ་པོར་བཀོད་འདུག །

༥ གསུམ་པ། ཀར་ཤོད་ཀམ་བག་ཤིས་འབྱུངས་ལོ་ནི། དེ་བ་འདིའི་ནང་དུ་དཔེ་
 ཆ་འདི་རྩོམ་པའི་སྐབས་སུ་ཁོང་དགྲུང་ལོ་སྟུམ་ཅུ་ཡིན་གསུངས་ཡོད་པ་ལ་བརྟེན་
 ནས་འབྱུངས་ལོ་ས་ལྷུག་ལོ་སྟེ་སྤྱི་ལོ་༡༧༥༤ལོར་ཡིན་པ་གསལ། སི་ཏུ་ཚོས་འབྱུང་
 གི་དཔལ་སྤངས་སྐྱེས་རབས་ཞལ་ཐང་འབྲི་འགོ་བཙུམས་ནས་ལོ་ངོ་དགུ་པ་དེ་སྤྱི་
 འབྱུངས་ཡོད་འདུག་པས་ཁོང་སི་ཏུ་འབྱུངས་རབས་དཔག་བསམ་འབྲི་ཤིང་གི་ཞལ་
 ཐང་གི་ལས་གཞི་དེའི་ནང་དུ་ཞུགས་མེད་པ་ཤིན་ཏུ་གསལ་པོ་རེད། །

༥ བཞི་པ། སི་ཏུ་ཚོས་འབྱུང་ཞལ་བཞུགས་ཡོད་པའི་སྐྱེ་ཆའི་སྤྱད་ལ་ཀར་ཤོད་

ཀམ་བག་ཤིས་སྒྲན་ངག་ལ་སོགས་ཐུན་མོང་གི་ཡོན་ཏན་མཁས་པ་ཆགས་ཡོད་པ་
 སྒྲིམ་རབས་ནམ་བཤད་འདི་ལས་ཤིས་ཐུབ། འོན་ཀྱང་སི་རུ་ཚོས་འབྱུང་དང་ཞལ་
 མངལ་མྱོང་ཡོད་མེད་མ་ངེས། ཉེ་ཆར་ཆབ་མདོ་ལྷ་བཙོ་བ་འགའ་ཞིག་གིས་ཀར་
 ཤོད་ཀམ་བག་ཤིས་བཅའ་བའི་སྐབས་སུ་སི་རུའི་ནམ་ཐར་ནང་དུ་ཀམ་བག་ཤིས་
 ཟེར་བ་ཞིག་ཡོད་འདུག་པ་དེ་ཀར་ཤོད་ཀམ་བག་ཤིས་རེད་ཅེས་ཟུ་ཚུགས་བྱེད་
 མཁན་འགའ་ཞིག་བྱང་ཡང་། དེ་ནི་ཤིན་རུ་ཚོངས་པའི་གཏམ་སྟེ། སི་རུའི་ནམ་
 ཐར་དུ་ཁོང་གི་སློབ་མ་ཀམ་བག་ཤིས་ཟེར་བ་བཞི་ཡོད་འདུག་ཅིང་དེ་ལས་སྐད་
 གཤམ་ཆེ་ཤོས་དེ་དཔལ་ཡུལ་སྐུལ་སྐུ་ཀམ་བག་ཤིས་ཟེར་བ་དེ་རེད། དཔལ་
 སྐྱངས་ཀམ་བག་ཤིས་ཟེར་བ་ཞིག་ཡོད་འདུག་པ་དེར་ཆབ་མདོ་ལྷ་བཙོ་ནམས་
 ཀྱིས་ཀར་ཤོད་ཀམ་བག་ཤིས་རེད་ཅེས་ཟུ་ཚུགས་བྱས་འདུག་པ་ནི་ཞིབ་འཇུག་གི་
 འགོ་སྐྱངས་མི་ཤིས་པའི་སྒྲན་གཏམ་ཁོ་ན་རེད། གཞན་པ་དེ་དག་ལ་ལྷ་བཙོ་ཀམ་
 བག་ཤིས་དང་། ཀར་ཤོད་ཀམ་བག་ཤིས་ཟེར་བ་མི་སྤང་། སྤྱི་བཏང་སི་རུ་ཚོས་
 འབྱུང་སྤྱ་ཆེན་ཞིག་རེད། དུས་རྒྱུན་ལ་མིང་ངེས་ཅན་གྱི་སྤྱ་སྐུལ་གྱི་མཚན་ཡོད་
 མཁན་ཞིག་ཡོན་ན་མ་གཏོགས་ཀྱང་དུས་མ་ནམས་ཁོང་གི་སྤྱ་མདུན་ནས་སློབ་
 སྤྱོད་གི་གོ་སྐབས་རག་ཐབས་དགལ། ཁྱོམ་དབང་དང་ཞལ་མངལ་ཅམ་རེ་ཡོང་
 ཡོད་སྟེད་པ་རེད། །

༥ ལུ་པ། དཔེ་ཆ་འདིའི་མཇུག་བྱང་དུ། རྗེ་ཚོས་གྱི་འབྱུང་གནས་གྱི་ཞལ་ཐར་དུ་
 བཀོད་པ་བཞིན། འབེ་ལོའི་བཀོད་ཡིག་གིས་བྱར་བརྒྱན། རྟོགས་བརྗོད་དཔག་
 བསམ་འཁྲི་ཤིང་ཉིད་ལ་ལེགས་པར་རང་སློབ་ཅི་སློབས་གྱིས་དབྱུད་ནས་གཞི་
 བྱས། ཞེས་གསུངས་པ་ལ་བརྟག་ན་སྒྲིམ་རབས་ཞལ་ཐར་སྐོར་ལ་སི་རུའི་ཞལ་
 རྒྱུན་གྱི་ནམ་བཤད་ཐོས་མེད་པ་གཏན་འཁེལ། འོན་ཀྱང་སི་རུ་ཚོས་འབྱུང་དང་
 ཁོང་ནམ་གཉིས་དུས་རབས་གཅིག་པ་དང་། ཚོས་ལུགས་བྱུབ་མཐའ་གཅིག་པ།
 ཚོས་སྟེ་གཅིག་པ་ཡོན་པའི་དབང་གིས་སི་རུ་ཚོས་འབྱུང་ཞལ་མངལ་དང་ཚོས་
 འབྲེལ་འདྲ་ཐོབ་ཡོད་སྟེད། ཀར་ཤོད་ཀམ་བག་ཤིས་དེ་སི་རུ་ཚོས་འབྱུང་གི་སློབ་
 མ་མིན་པའི་རྒྱ་མཚན་གཞན་ནི། སི་རུའི་ནམ་ཐར་མཇུག་དུ་སློབ་མའི་གཙོ་བོ་

ཐམས་ཀྱི་མཆན་ཐོ་ཡོད་པ་དེ་ལས་ཀར་ཤོད་ཀྱིས་བཀྲ་ཤིས་ཞེས་པ་མི་འདུག་ལ་
ལྟ་བུ་ཀྱིས་བཀྲ་ཤིས་ཟེར་བ་ཡང་འཁོད་མི་འདུག། ཁོང་ལྟ་བུ་གྲགས་ཆེན་
ཆགས་པ་དང་སི་རུའི་སློབ་མར་གྱུར་ཡོད་ན་ཡིག་ཆ་དང་འདྲིའི་ནང་དུ་ངེས་པར་
འཁོད་ཡོད་དགོས་པ་ཞིག་རེད། དེར་དུས་པར་སྐྱོན་བྱས་པའི་ཆབ་མདོའི་ཀྱི་
སྐར་བྱིས་ཀྱི་ཐང་དེབ་ནང་དུ་དཔལ་སྤངས་དགོན་པའི་སྐྱེས་རབས་ཞལ་ཐང་དེ་
མཉམ་དུ་བསྐྱུས་ཤིང་དེ་འབྲི་མཐུན་ཀར་ཤོད་ཀྱིས་བཀྲ་ཤིས་ཡིན་པའི་སྐོར་གྱི་
ལོག་བཤད་འགའ་ཞིག་ཡོད་པ་དེ་ལ་ད་ལྟ་ནས་གསལ་བཤད་ཅིག་བྱས་ན། ཕྱི་
རབས་ཞིབ་འཇུག་པ་རྣམས་ལ་བརྟག་དཔྱད་གྱི་ངལ་བ་མི་དགོས་པའི་ཕན་
ཐོགས་ཆེན་པོ་ཡོད་སྟེད། གནའ་དུས་འདི་ལྟ་བུའི་ལོག་བཤད་ཅིག་བྱས་ན་ལོ་རྒྱུ་
བརྒྱ་མང་པོ་ལ་རྒྱན་རྒྱབ་བརྒྱུ་ལ་མེད་པ་ལྟ་བུ། དེར་དུས་ཆ་འཛིན་གྱི་འཛིན་རྟེན་ཞིག་
ཆགས་ཡོད་སྟབས། སྤྱི་ལོ་ལོག་བཤད་དང་རྒྱན་བཤད་བྱས་པ་དེ་དག་སྤྱི་རྒྱུ་ནས་
ལུང་རིགས་གཉིས་ཀྱི་བདེན་དཔང་གིས་རྒྱན་རྒྱབ་བརྒྱུ་ལ་ཐུག་པ་ཞིག་རེད།

དཔལ་སྤངས་དགོན་པའི་སྐྱེས་རབས་དཔག་བསམ་འབྲི་ཤིང་གི་ཞལ་ཐང་ནི་
ཕྱི་ལོ་༡༧༩༡ལོར་སི་རུ་ཆོས་འབྱུང་གིས་འབྲི་འགོ་བཅུགས། ཕྱི་ལོ་༡༧༩༧ལོར་མཇུག་
རྫོགས་པ་ཞིག་རེད། དེར་དུས་འབེལ་ལོ་ཆོ་དབང་ཀུན་ལྷན་དང་། ཀར་ཤོད་ཀྱིས་
བཀྲ་ཤིས་ཀྱིས་སྐྱེས་རབས་ཐང་ཁ་འཆར་འགོད་བྱས་པ་རེད་ཅེས་བྱིས་པ་ནི་ནོར་
འབྲུལ་ཏེ། སྐབས་དེར་འབེལ་ལོ་དགུང་ལོ་བརྒྱ་གསུམ་ཡིན་ཞིང་ཁོང་དཔལ་སྤངས་
སྤྱི་ལོ་ལྟ་བུ་མེད། ཞལ་ཐང་འདི་འགོ་བཅུགས་པའི་རྗེས་ཀྱི་ལོ་རྒྱུ་པ་དེར་
ཀར་ཤོད་ཀྱིས་བཀྲ་ཤིས་འབྲུངས་པ་རེད། སྐྱེས་རབས་ཐང་ཁ་ཡོངས་སྤྱི་ལོ་ལྟ་བུ་
སྐད་གྲགས་ཆེན་པོ་ཆགས་སྟབས། འབེལ་ལོ་ཆོ་དབང་ཀུན་ལྷན་སི་རུ་ཆོས་འབྱུང་
གི་ཞལ་སློབ་གྱུར་རྗེས་ཞལ་ཐང་འདྲིའི་ལྟ་བུ་བཀོད་དང་། ཆོན་མདངས། རི་མོའི་
ཉམས་འགྱུར་སོགས་ལ་དཔྱད་བརྗོད་དང་རྩོད་སྐྱོད་མ་བཀོད་ཡིག་གསལ་བྱེད་
སློན་མེ་ཞེས་པ་དེ་བརྒྱུ་མས་པ་རེད། དེའི་རྗེས་སྤྱི་ལོ་༡༧༩༥ལོར་ཀར་ཤོད་ཀྱིས་
བཀྲ་ཤིས་ཀྱིས་སི་རུའི་སྐྱེས་རབས་ཞལ་ཐང་ལ་དཔྱད་ཅིང་། འབེལ་ལོ་ཆོ་དབང་
ཀུན་ལྷན་གྱི་མཛད་པའི་བཀོད་ཡིག་ལ་གཞི་བཟུང་ནས། སྐྱེས་རབས་ཞལ་ཐང་

བཀའ་བརྒྱུད་ལྷ་ལོག་ཀར་ཆེ་ལ་བཏང་བ།

2021.12.13

དཔལ་ལྷགས་སྐར་གྱིས་ཚོགས་པའི་ཚོགས་མི་ཡངས་ལ་ཁྱབ་ར། དེ་རིང་ངས་
བཀའ་བརྒྱུད་པའི་ལྷ་ལོག་ཀར་ཆེ་ལ་སྤྲོངས་བ། ཞེས་པའི་ཚོམ་ཡིག་ཅིག་བཏང་
ཡོད། ཚོམ་དེ་གཏོང་དགོས་པའི་རྒྱ་མཚན། ཁ་སང་ཐུབ་བསྟན་ཕུན་ཚོགས་
གཅེར་བུ་ཕུད་ནས་མགོ་བོར་གནམ་ལྷགས་ཀྱི་སེར་ཆེན་འབེབས་པ། ཟེར་བའི་
ཚོམ་ཡིག་ཅིག་བཏང་ཡོད་འདུག རྒྱུ་ལྷག་གི་ནང་དོན་དེ་རིག་གཞུང་ཞིབ་
འཇུག་གི་གཏམ་དང་འབྲེལ་བ་མེད་པ། རྒྱུ་དུ་སྤྲོ་མ་གྱི་པའི་རྒྱུ་པའི་ཏམ་
བཤད་མཚན་ཉིད་པ་དེ་རང་རེད། དེ་ལྟར་འབྲུལ་བཤད། རྒྱུ་ལ་གཟེ་གཏམ་ལྟ་
བུའི་ཚོམ་ཡིག་དེ་ལ་ལུང་རིགས་ཀྱིས་དགག་སྐྱབ་དགོས་རིགས་ནི་གང་ཡང་མི་
འདུག་པས་དེའི་ལན་དུ་ཀྱ་རེའི་ཚུལ་དུ་སྟན་ཚོམ་འདི་གིས་པ་ཡིན།

བཀའ་བརྒྱུད་ལྷ་པ་རྟིང་མའི་གྲོང་མཐར་འབྲུལ། །
མར་མའི་གདམས་ངག་ལམ་ཁའི་རྩ་བཞིན་དོར། །
ཀམ་འི་སྤོམ་རྒྱུ་རྩོ་མའི་འདོམས་ལ་ཤོར། །
བེར་ཅན་ཁྱོས་པས་ཐུན་པའི་བཅོན་དུ་བསྐྱད། །

སྒོ་དང་རིག་པ་གཡག་རྩའི་སྐྱུ་ལྟར་དོག །
སྒོན་པའི་ཤུ་ཚུགས་གཡག་རྩའི་ཆེ་ལྟར་ནོ། །
ང་རྒྱལ་ཁེངས་དྲེགས་གཡག་རྩའི་ཁ་ལྟར་གྱིང་། །
ལོ་གསུམ་མཁན་པོ་གཡག་རྩའི་བྱང་ཚས་ལྟན། །

བདེན་དོན་བཤད་ན་ཉོན་པའི་རྩ་དབང་མེད། །
ལུང་རིགས་བསྟན་ན་དཔུང་པའི་མྱད་རྒྱ་མེད། །

འཁྲལ་པའི་གཏམ་ལ་ཟད་པའི་ས་མཐའ་མེད། །
མཁན་པོའི་མཆན་ཅན་ཁྱོད་འདྲ་སྤྱན་པོ་མེད། །

ཕྱག་དོག་ཁྲག་ཅ་རྒྱས་པའི་བྱག་རྩའི་སྐད། །
འོ་དོད་ཟྱེ་ལིང་གོང་ནས་འཕོད་པ་དང་། །
རིགས་མཐུན་ཆོས་གོས་ཅན་གྱི་ཁྲམ་པ་འགའ། །
མགྲིན་པའི་སྒྲེ་གསང་བཏེགས་ཏེ་ཀླ་ཙ་བྲེལ། །

དཔལ་མཚུར་གདན་སའི་རྒྱ་སྒོ་མ་མཐོང་ཞིང་། །
དྲུགས་རྒྱད་གཞུང་ལ་ཐོས་བསམ་མ་ཁྱོང་པར། །
ལོ་གསུམ་གྱོང་མཐར་འགྲིམས་པའི་སྐྱ་མན་སེར། །
བཀའ་བརྒྱད་མཁན་པོའི་མཆན་དེ་གང་ལས་ཐོབ། །

བསམ་སྒྲུའི་འཛིན་སྤངས་ནང་པའི་ཐ་ལི་པན། །
སྦྱོང་པའི་ཡོན་ཏན་བཀའ་རྟེན་བརྒྱར་བའི་ཐབས། །
བཙེ་བའི་མཆེད་གྲོགས་སྤྲུགས་པ་པོ་མོའི་ཚོགས། །
ཀར་ཆེ་མཁན་པོ་བཀའ་བརྒྱད་བསྟན་པའི་དགྲ། །

ལྷགས་སྤྲུགས་གྱོན་པའི་སྤྱང་ཀིའི་དཔེར་བཞིན་དུ། །
བཀའ་མིང་ཁྱེར་བའི་སྤྲུགས་ཀན་ཕྱིན་ལས་པ། །
བཀའ་བརྒྱད་འདུས་སྒྲེའི་ཁྱོད་དུ་རྩ་ནད་བཞིན། །
རིམ་བཞིན་སིམ་འཇུག་འདི་ལ་བག་ཡོད་མཛོད། །

ཞེས་ཀྱང་རྒྱལ་ཁབས་པ་དེས་སྤང་ཚུལ་འགའ་ཞིག་ཐོལ་བྱུང་དུ་བྱིས་སོ། །

སྤྱི་བ་བྱུག་དང་སྤྱོད་གུ་བེར་བའི་གཏམ་འདི་བརྗོད་དགོས་པའི་རྒྱ་རྒྱུན་ནི།

2021.12.26

སྤྱི་བ་སྤྱོད་གུ་བེར་བའི་གཏམ་འདི་བརྗོད་དགོས་པའི་རྒྱ་རྒྱུན་ནི། ཉེ་
སྤྱི་བ་སྤྱོད་གུ་བེར་བའི་གཏམ་འདི་བརྗོད་དགོས་པའི་རྒྱ་རྒྱུན་ནི། ཉེ་
ཞིག་གིས་འདུག་པ་དེ་ལ་ངས་དེར་དུས་ཀྱི་པའི་ནང་ལ་ཡོན་ཏན་ཅན་རེ་འགའ་
ཅམ་ཡོད་པ་སྤང་ཞེས་བསྟོད་བསྟེན་གསུངས་ཤོ་ལོ་ག་གཅིག་གིས་ནས་བཏང་པ་ཡིན།
དེ་ལ་ཀྱང་པ་ཞིག་གིས་ཟིན་མཆན་འདི་ལྟ་བུ་ཞིག་གིས་འདུག ཟིན་མཆན་འདི་བས་
མཁན་གྱི་པ་ན་རེ། བོད་ཀྱི་ཆོས་སྤྱོད་རིག་གནས་མཐའ་དག་གྱི་པའི་སྤྱོད་ཆོག་ས་
ཀྱིས་འདྲིན་སྤྱོད་སྤྱོད་གསུངས་བྱས་ནས་འོང་མེད་ན་ད་གཟོད་བོད་འདི་མིང་གི་
ལྷག་མ་ཅམ་ལས་བོད་སྤྱོད་དང་བོད་ཡིག་ཤེས་མཁན་གཅིག་ཀྱང་མེད། ད་དུང་
གྱི་པའི་སྤྱོད་ཆོག་ས་ལས་གཞན་པ་དག་ལ་རེ་བ་ཆེན་པོ་མེད་པར་བྱུང་བ་ལྷན་ལེབ་
མཐོང་མ་ཡིན་ནམ། ཞེས་པ་ཞིག་གིས་ཡོད་འདུག །སྤྱོད་ཆོག་དེར་ཁ་རྒྱུ་ཁང་ཞིག་
ལ་ངལ་བས་ཞིང་ཁ་རྒྱུ་ཞིག་འཁུང་ནས་བསྟོད་ཡོད། ཟིན་མཆན་དེ་མཐོང་བ་
དང་ངའི་སེམས་ལ་འཆར་སྤྱོད་གང་ཡོད་དེར་གིས་པར།

* ལྷ་སྤྱོད་འགའ་ལ་ཆོད་ལན་ལུ་བ།

ཆོས་སྤྱོད་ཆེ་བས་བོད་སྤྱོད་ཆེ་བས་ངང་གིས་ཉམས། །
བོད་རྒྱལ་བཅན་པོ་ཆོས་པའི་འཁོན་གྱིས་བཏོངས། །
བོད་ཁམས་སིལ་བྱར་ཆོས་པའི་ཕྱག་གིས་གཏོར། །
མི་ལོ་བདུན་བརྒྱ་ཆོས་པས་བོད་སྤྱོད་སྤྱོད་། །
བོད་ཁམས་ཡོངས་ལ་སྤྱོད་གྱི་གཅིག་ཀྱང་མེད། །
འབངས་མི་ཡོངས་ལ་སྤྱོད་སྤྱོད་བྱེད་ས་མེད། །
ཡི་གེ་ཤེས་མཁན་ལྷ་དཔོན་མ་གཏོགས་མེད། །

སྤྱི་འབངས་སྤྱི་ལ་དབང་བའི་སྤྱན་ཁང་མེད། །
ཚོངས་དང་མ་གཏོགས་སྤྱོད་གསོ་གང་མེད། །
རང་སྤྱི་ཚོངས་བྱེད་རྒྱས་ངན་འདི་འདྲ་མེད། །
འཛམ་བྱ་སྤྱིར་ན་ཐབས་ངན་འདི་འདྲ་མེད། །
སྤྱི་སྤྱལ་བཞུགས་ཀྱི་ཐོད་ལས་མཐོ་བ་མེད། །
མི་སེར་བསྐྱད་ས་ཐོད་ལས་དམའ་བ་མེད། །
མེད་པ་དགུ་ལྟ་ཚོས་སྤྱིར་བྱུང་འབྲེལ་གྱི། །
རང་བཞིན་བརྗོད་པའི་ཚོམ་འདི་དབྱེད་གཞི་ལུ། །
འདས་པའི་དོན་ལ་དགག་ཀྱང་ཕན་མེད་ཀྱང་། །
མ་འོངས་ལམ་བཟང་རྟེན་པའི་རྒྱར་འགྱུར་སྤྱི། །
རང་སྤྱོད་མཐོང་ན་ཚོངས་གཞིར་སད་རྟགས་ཡིན། །
རང་འཛི་ཤོགས་ལ་རྒྱལ་ཁམས་པ་དེས་སྤྱིངས། །

‡ དེ་ལ་ཡང་དུ་ལན་ཞིག་སྤྱོད་ས་སོང་བའི་བརྗོད་དོན་འདི་ལྟར། ཟིན་མཆན་
འདེབས་མཁན་གྱ་པ་ན་རེ། རྒྱལ་ཁམས་པ་ཟེར་བའི་མཁས་ཀན་དེ་ལ་ལུལ་བ།
ཐོད་འདི་མི་ལོ་བདུན་བརྒྱའི་གོང་ནས་ཡོན་ཀྱང་དབྱེད་སྤྱིར་གཞུང་གི་ཁོངས་
གཏོགས་རེད་ཟེར། སྤྱོད་ས་དེ་དག་ལ་ཐོད་ཁམས་ཡོངས་ལ་སྤྱོད་གྲ་མེད། ཐོ་མོ་
ཀྱན་ལ་ཡི་གེ་སྤྱོད་ས་མེད། མེད་པ་དགུ་ལྟ་ཚོས་སྤྱིར་བྱུང་འབྲེལ་དང་བཅས་པ་
འཛམ་སྤྱིར་ན་དེ་འདྲའི་ཐབས་ངན་མེད་པ་ཞིག་ཡིན་ན། དེ་ཐོད་ཀྱི་སྤྱི་ཀན་རེ་
གཞིས་ཀྱི་མཐོ་ལ་གཡོག་མ་ཡོང་། ཡོན་མིང་ཆིང་སོགས་རྒྱལ་རབས་མང་པོའི་
གོང་མ་རིམ་བྱོན་ལ་ལོབ། དོན་ཤར་ལ་བཞག་གྱོད་ལུབ་ལ་མ་རྒྱག །ལབ་རྒྱ་
བཤད་རྒྱ་ཡོད་ན་དོན་གྱི་བདག་པོ་དེ་ལ་ལོབ། སྤྱིར་ན་མིའི་བྱ་སྤྱོད་ལ་སྤྱོད་དང་
ཁོར་འཕྱལ་མེད་པ་ཞིག་མི་སྤྱིར་པས་ཐམས་ཅད་དཀར་ལེབ་གཅིག་དུ་འདོད་པ་
ན་མཁས་པའི་སྤྱོད་རྟགས་རེད། མཁས་ཀན་བྱེད་རང་དེང་སང་མ་སྤྱོད་རྒྱལ་
པོའི་བྱ་སྤྱོད་དེས་མི་རིགས་མཐུན་སྤྱིལ་དང་མི་དམངས་ལ་ཕན་ཐོགས་མེད། བྲག་
རྒྱུང་ནི་མ་འཕམ་ཅེས་སྤྱི་སྤྱལ་འགས། ཞེས་བྲིས་པ་ཞིག་སྤྱོད་ས་བྱུང་།

ཨྱིར་བླ་སྤྱུལ་ལ་སོགས་ཚོས་ལུགས་པའི་རང་གཤེས་དེ་ཚོས་ལུགས་ཀྱི་ཁེ་ཕན་དེ་
 མི་རིགས་ཀྱི་ཁེ་ཕན་ལས་གཤེས་ཆེ་བ་བརྩི་སྲོལ་ཡོད་པ་ར་ལ་བཏང་པའི་ལན་འདི་
 ལ་བརྟམ་ན་ཤེས་ཐུབ། བོད་རྒྱུས་ལུས་ཀྱི་གནས་སུ་འགོད་མཁན་དེ་ཁོ་རང་ཚོ་
 ཚོས་ལུགས་པའི་སྒྱུ་དེ་གཡོལ་བའི་ཆེད་དུ། དེའི་བདག་པོ་ཡོན་མིང་ཆིང་རེད་
 ཅེས་ལབ་པ་ནི་གད་མོའི་གནས་རེད། ཁོའི་ལན་འདིའི་རྩ་བའི་བསམ་སྒྲོ་དེ་
 བསྐལ་པ་ཆགས་ནས་བོད་དོན་རྒྱ་ཁོངས་སུ་ཡོད་ལྟ་བུ་དེ་བརྟན་པོ། གསལ་པོ་
 ཡག་པོ་ཞིག་རེད། འོན་ཀྱང་སྐད་ཆ་བཤད་ཡས་དེའི་ནང་དོན་ནི་དོན་དངོས་
 དང་འབྲེལ་ཐབས་མེད་པའི་སྐད་ཆ་ཞིག་རེད། དཔེར་ན། དེང་དུས་བོད་རང་
 སྐྱོང་སྒྲོངས་ཀྱི་འགོ་བྱིད་ནམས་ཀྱིས་ལས་ཀ་ཡག་པོ་བྱས་མེད་ན། ཁོར་འབྲུལ་དེ་
 ཀྱང་དབྱང་གི་ཁོར་འབྲུལ་རེད་ཟེར་རམ། ས་གནས་རང་གིས་མ་འཛོན་པ་དེ་ས་
 གནས་དཔོན་པོའི་ཁོར་འབྲུལ་རེད། སྐབས་དེར་བོད་ལ་དབང་བསྐྱར་བྱེད་མཁན་
 དེ་བླ་མ་རེད། བླ་མས་མ་འཛོན་པ་རེད། འབྲི་མཁན་དེས་ཁོ་རང་གི་མིང་འབྲི་མ་
 མོད་པར་བླ་སྤྱུལ་འགས། ཞེས་བྲིས་ནས་བཏང་ཡོད་འདུག་ཀྱང་ཁོས་བླ་སྤྱུལ་
 འགའི་སྒྲ་ཆབ་བྱབ་མིན་མི་ཤེས། བླ་མའི་རིགས་ཀྱི་བསམ་སྒྲོ་དེ་བྱས་རྗེས་ཡོད་ན་
 རང་དང་ཚོས་ལུགས་ཀྱི་བྱས་རྗེས་ཡིན་པ་ཁས་འཆེ། ཁོར་འབྲུལ་ཞིག་ཡོད་ན་དེ་
 གཞན་གྱི་མགོ་ལ་ཕར་གཡོག་བའི་ལུགས་སྒྲོལ་དེ་རེད། ཁ་སང་ངས་ཀྱ་རེའི་ངང་
 ཏུ་བྲིས་པ་ཡིན། དེ་རིང་བླ་མ་འདིས་བྲིས་པའི་སྐད་ཆ་འདི་ལ་བརྟག་ན་ཡང་
 བསྐྱར་དུ་བསམ་སྒྲོ་ཞིག་གཏོང་ནས་བདེན་དོན་གསལ་བཤད་དགོས་པ་ཞིག་
 མཐོང་བུང་། ངས་འདིར་བོད་ཀྱི་སྤྱི་ལོ་ལོངས་ལ་དྲི་བ་དུག་ཡོད།

༡ རྒྱ་བ་དང་ཨོ། སའི་གོ་ལའི་ཚོག་ཏུ་རང་གི་སྡེ་འབངས་ལ་སྒྲོབ་ཟུ་མི་བརྟུགས་ལའི་
 མིང་གཞུང་ཡོད་དམ། ལོ་ངོ་བདུན་བརྒྱ་ཙམ་གྱི་རིང་ལ་རང་གི་སྡེ་འབངས་ལ་རིག་
 གནས་སྤྱང་སའི་སྒྲོབ་ཟུ་གཅིག་མ་བརྟུགས་པ་དང་། སྤྱན་ཁང་གཅིག་མ་བརྟུགས་
 པའི་སྤྱད་གཞུང་ཟུག་པོ་དེ་འདྲ་འཛམ་བུ་སྤྱིང་གི་ལོ་རྒྱུས་ཚོག་ལ་ཡོང་སྤྱང་ཡོད་
 དམ། ཁ་སང་ངས་ཀྱ་རེའི་ངང་ཏུ་ཚོམ་ཡིག་བཏང་བ་དེ་ལ། ཟུ་འབྲུ་མགོ་སྤྱང་
 འགའ་ཞིག་གིས་གནའ་བོ་སྡེ་པ་གཞུང་གི་སྤྱ་དག་དང་དཔོན་རིགས་ཐམས་ཅད་

སྒྲུ་མ་གྲུ་པ་མིན་ཀྱང་ཡོན་ཏན་ཅན་རེད། ཅེས་བྲིས་འདུག །ངས་གསལ་པོར་
བཤད་ཡོད། དཔོན་པོ་དང་སྤྱད་གསོལ་སྤྱོད་བྱེད་ས་ཡོད་མ་རེད་ཅེས་བཤད་
མེད། ངས་གསལ་པོར་བྱས་ཏེ་བོད་མི་མེད་ནམས་ཡོན་ཏན་སྤྱོད་ས་ཡོད་མ་རེད་
ཅེས་བཤད་ཡོད།

༡ རྩི་བ་གཉིས་ལ། སྤྱད་གསོལ་སྤྱོད་གསོལ་གྱི་སྤོབ་སྤྱོད་ཀྱི་མི་མེད་སྤོབ་སྤྱོད་བྱེད་མེ་
ཚོག །དེ་ཚོག་གི་མ་རེད། ཕྱི་པ་གཞུང་ལ་སྤྱད་གསོལ་གྱི་སྤོབ་སྤྱོད་ཡོད་ཀྱང་མི་མེད་སྤོབ་
སྤྱོད་འགྲོ་ཚོག་གི་མ་རེད། དཔེར་ན། ཕྱི་དགེ་ལ་འཛི་ཕུ་ཤོར་ལ་སྤོབ་སྤྱོད་ཞིག་ཡོད་
ཀྱང་དེར་ཕྱི་དགེའི་མདུན་སྤོབ་སྤྱོད་མ་གཏོགས་མི་མེད་སྤོབ་སྤྱོད་འགྲོ་བའི་གོ་
སྤོབ་སྤྱོད་ཡོད་མ་རེད། དེས་ན་བོད་ལ་སྤོབ་སྤྱོད་གི་གོ་སྤོབ་སྤྱོད་ཡོད་མཁན་དེ་སྤོབ་
དང་། དཔོན་རིགས་ཀྱི་སྤྱད་གསོལ་ཐོན་རེད། འོན་ཏེ་དཔོན་རིགས་དང་། སྤོབ་
པར་སྤྱད་འགྲོས་མི་མེད་ནམས་ལས་བརྒྱ་ཆ་གོ་བརྒྱད་དང་གོ་དགུ་ཅུ་ཞིག་ཡིག་
ཚོངས་ཡིན་པ་གཏན་འཁེལ་རེད། མི་བརྒྱ་རེའི་ནང་ལ་ཡི་གེ་ཤེས་མཁན་གཅིག་
གཉིས་ཅུ་མ་གཏོགས་མེད་པ་ལོ་རྒྱུས་དཔོན་རེད།

༢ རྩི་བ་གསུམ་ལ། རང་གི་མི་མེད་ཀྱི་ཆེད་དུ་སྤོབ་སྤྱོད་ཁང་གཅིག་མ་བཅུགས་
ལོ་རྒྱུན་བརྒྱུའི་རིང་ལ་མི་དམངས་ཀྱི་ཆེད་དུ་སྤོབ་སྤྱོད་ཁང་གཅིག་མ་བཅུགས་
པའི་སྤྱད་གསོལ་རན་པ་ནི་བོད་ཀྱི་ཚོས་སྤྱད་བྱེད་འབེལ་གྱི་སྤྱད་གསོལ་དེ་རེད།
ཁ་སང་དགེ་སྤོབ་འདུ་ར་ཟེར་བའི་སྤྱད་འཕྲིན་གྱི་དུ་བ་བྱུ་ནང་དུ། དགེ་མཁན་ཞིག་
གིས་སྤོབ་སྤྱོད་དེ་དང་དེའི་དུས་དང་བསྟུན་པའི་སྤོབ་སྤྱོད་ཁང་ཡོད་སྤྱད་བཞི་རེད་ཟེར།
ཡོད་སྤྱད་བཞི་རེད་ཟེར་བ་དེ་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་སྤྱད་ཆ་མ་རེད། དེ་གོང་གསལ་བྲན་
མོའི་ཆེད་གཏམ་ཞིག་རེད། བོད་དུ་དམངས་གཙོ་བཙེན་བརྒྱུར་སྤོབ་སྤྱོད་སྤོབ་སྤྱོད་
གྲགས་ཀྱི་སྤོབ་སྤྱོད་དེ་ལྟ་ས་སྤོབ་སྤྱོད་ཁང་ཐོན་རེད། དེ་ཡང་གཙོ་བོ་དཔོན་
རིགས་སྤོབ་སྤྱོད་ནང་བཙེན་བྱ་ཡུལ་གྱི་སྤོབ་སྤྱོད་ཁང་ཞིག་ཡིན་པ་ལས། མི་དམངས་
སྤོབ་སྤྱོད་ཁང་མ་རེད། དཔོན་པོ་སོ་སོའི་ནང་དུ་སྤོབ་སྤྱོད་ཁང་པ་དེ་དག་ནི་མི་སྤོབ་སྤྱོད་
སྤོབ་སྤྱོད་པ་ཡིན་པ་ལས་སྤོབ་སྤྱོད་ཁང་ཡོད་མ་རེད། མི་སྤོབ་སྤྱོད་པ་རེ་བྱེད་ཅུ་ཡོད་ཀྱང་
དེ་དག་ལ་སྤོབ་སྤྱོད་ཁང་དེ་བས་མེད། ཡོད་ན་འདི་དང་འདི་རེད་ཟེར་ནས་ཁུངས་

ལུང་དང་བཅས་པ་རྩོད་བྱ་བྱུང་ན་ལེགས།

༤ ཁྱིལ་བཞི་པ། བྱང་ཆོས་སྤྱོད་བྱེད་མཁན་རྣམས་རང་འདོད་ཆེ་བུ་འགྲོ་དོན་གང་ཡིན།
དེ་ཟེར་དགོས་པའི་རྒྱ་མཚན་གང་ཞིན། དེར་དུས་རྒྱ་རིགས་སྤེར་གྱི་ཚོགས་པ་
པོད་ཁུལ་དུ་དབུལ་པོ་དང་། གཙོ་པོ་ནད་པ་རྣམས་ལ་རྟགས་སྤྱོད་བྱེད་མཁན་གྱི་
ཚོགས་པ་ཁ་ཤས་ཡོད་པ་ལས། ཚོགས་པ་གཅིག་གིས་མཆོ་སྤྱོད་ཞིང་ཆེན་ནང་
ཆེན་རྫོང་དུ་རྟགས་སྤྱོད་བྱེད་ས་འགོ་སྐབས། པོད་རིགས་གཞིན་ཅུ་ཁ་ཤས་སྤང་
སྤྱོད་དང་། རྩེ་ཤན། ལས་གཞིའི་ལག་རྟགས་པའི་ལས་ཀ་བྱེད་མཁན་གདན་ནས་
མཉམ་ལས་བྱས་ཤིང་། དགོན་པའི་གྲུ་པ་དང་། རྩོ་མོ་ནད་པ་རྣམས་ལ་སྤྱོད་
བཅོས་གྱི་རྟགས་སྤྱོད་དང་། དེ་བཞིན་གྲོང་གསེབ་གྱི་མི་སེར་དབུལ་པོ་རྣམས་
ལ་འང་སྤྱོད་བཅོས་རྟགས་སྤྱོད་བྱས་དང་བྱེད་བཞིན་པ་རེད། རྟགས་སྤྱོད་གཙོ་པོ་
སྤྱོད་ཁང་དུ་བྲིད་ནས་ནད་གཞི་བརྟག་དཔྱད་བྱ་རྒྱ། བྱང་རིགས་ཆེ་ཆུང་ལྟར་འགོ་
སོང་བཏང་ནས་སྤྱོད་བཅོས་བྱ་རྒྱ། ད་དུང་འཆོ་བ་དབུལ་པོ་རྣམས་ཟས་རིན་
རྟགས་སྤྱོད་བྱ་རྒྱ་བཅས་གྱི་ལས་གཞི་ཡོད་པ་ཞིག་རེད། བྱང་ཆེན་རྫོང་གི་དགོན་
ཞབས་དགོན་པ་ཟེར་བ་ཞིག་གི་ནང་དུ་གྲུ་པ་སྤྱོད་བརྒྱ་ལྟ་ཡོད་ཅིང་། དེའི་ནང་
དུ་གྲུ་པ་གཅིག་ལ་མཆིན་ནད་ཚབས་ཆེན་ཞིག་ཡོད་པས་བྱམས་སྤྱོད་ཚོགས་པ་
དེས་རྒྱ་སྤྱོད་འབྲུམ་གཅིག་དང་བྲི་དུག་ཅམ་འགོ་སོང་བཏང་ནས་སྤྱོད་བཅོས་བྱས་
པ་རེད། གནད་དོན་དེ་ཤེས་རྗེས་གྲུ་པ་གཞན་འགའ་ཞིག་མགོ་ནད་དང་། ཆམ་
པའི་ནད་ཅམ་ནད་ཕན་བྱ་ཡོད་པ་རྣམས་གྱིས་ཀྱང་ཁོ་ཆོ་ལ་འང་སྤྱོད་བྲི་ཆོ་མང་
པོ་དགོས་ཟེར་ནས་རྟགས་སྤྱོད་ཚོགས་པ་ལ་བསྐྱོར་ཞིང་དགོན་པའི་ཁྱིལ་མི་
གཏོང་ཞིང་བཀག་འགོག་བྱེད་ཅིང་འདུག་ཟེར། དེ་འདྲ་བྱེད་མཁན་དགོན་པ་ཁ་
ཤས་འདུག་ཟེར། མ་གཞི་ནང་ཆེན་སྤྱོད་ཀྱི་བཀའ་བརྒྱུད་པའི་དགོན་པ་དེ་དག་
གི་གྲུ་པ་རྣམས་ཕྱི་སྤྱོད་ཀྱི་དགོན་པ་ཁག་ལ་འགོ་ནས་ཆོས་ལྷ། བཀའ་མིན་རྟིང་
མིན་ཞིག་ཆགས། ཡོན་ཏན་དང་མི་གཤིས་གཉིས་ཀ་ཡག་པོ་མེད་པའི་གྲུ་སྤྱོད་མིན་
སེར་མོ་པལ་ཆེ་ཡིན་སྟབས། རང་འདོད་དང་། ཏམ་པ། ཟ་འདོད་མང་པོ་ཡོད་
ཆོད་རེད། གྲོང་སྡེའི་མི་དམངས་དེ་དག་སྤྱོད་ཁང་དུ་བྲིད་ཅིང་ནད་གཞི་བརྟག་

དབྱུང་དང་། སྤྱན་བཅས་ཀྱི་རྣམས་སྤྱོད་བྱེད་ཅིང་འགྲོ་སོང་སྤོར་མ་གྱི་ཅམ་དང་།
སྤྱོད་སྤྱག་ཁ་ཤས། མ་ན་སྤོར་མ་བརྒྱ་སྤྱག་ཁ་ཤས་འགྲོ་སོང་གི་རྣམས་པ་བྱས་ན་
དགའ་ཐག་ཚོད་ཅིང་བཀའ་དྲིན་ཡང་ཡང་ཞུ་ཞིང་དགའ་བས་རྗེས་སུ་ཡི་རངས་
ཀྱིས་འགྲོ་ཞིང་འདུག་ཟེར། དཔོན་པའི་ཤུ་པ་དེ་དག་ནད་གཞི་རྒྱུ་ཟད་མྱེ་བའི་
རྣམས་རྣམས་སྤྱོད་ཤུ་མདོ་དང་། ཟླ་ལོང་སོགས་སྤྱན་ཁང་ཆེ་ཁག་ལ་བརྟག་
དབྱུང་བྲིད་སྐབས། སྤྱི་སྤྱོད་རྒྱུ་ལོང་ནང་དུ་བྲིད་ན་ཁོ་ཚོ་སྤྱི་སྤྱོད་རྒྱུ་
དཔོན་ཟེར་བ་དང་། ཡང་སྤྱི་སྤྱོད་མི་དཔོན་གནམ་ཤུ་བཅུ་དཔོན་ཟེར་བ། ཁོ་
རང་ལ་ཞབས་ཞུས་པ་རྣམས་པ་བྲིད་དཔོན་པ་མ་ཟད་རྣམས་པ་དེ་ལའང་བྱམས་
སྤྱོད་ཚོགས་པས་འགྲོ་སོང་གྲུང་དཔོན་ཟེར་བ་སོགས་རྒྱན་ཆད་མེད་པའི་འཁང་
ར་བྱེད་མཁན་ནམ་ཡང་འདོད་སྤྱོད་ཁོངས་ཡས་མེད་པ་ཤ་སྤྱག་མཐོང་ཟེར། གཞན་
ཡང་དཔོན་པ་གཞུང་དང་བཤད་ཀྱི་འཕྲི་བར་ལ་འགྲན་ཚོད་བྱེད་ཅིང་། བཤད་ཀྱི་
ཤུ་པ་ལ་རྣམས་སྤྱོད་བྱས་ན་དཔོན་གཞུང་གི་གཉེར་པ་དང་སྤྱག་མཚོད་སོགས་
འགོ་པའི་རྣམས་དེ་དག་གིས་མི་འདོད་པའི་འཁང་ར་དང་། དཔོན་པའི་གཞུང་
ཤུ་ལ་རྣམས་པ་བྱས་ནས་བཤད་ཀྱི་མཁན་པོ་སོགས་འགོ་པའི་རྣམས་དེ་དག་
གིས་འཁང་ར་བྱེད་ཅིང་འདུག་ཟེར། དཀའ་ལས་ཆེ་ཤོས་དེ་དཔོན་པ་ལ་རྣམས་
པ་བྱེད་རྒྱ་དེ་རེད་ཟེར། དེ་ལྟར་ནང་ཚོས་སྤྱོད་པའི་འབྲས་སུ་རང་འདོད་དང་
ང་རྒྱལ་རྒྱུ་ཆེ་ཆེར་སོང་བས་གྲོང་གསེབ་ཀྱི་མི་སེར་ལས་རང་འདོད་ཆེ་བ་ཞིག་ཡོང་
པའི་རྒྱ་མཚན་གང་རེད། གནས་ཚུལ་འདི་ལ་ང་ཚོས་ཞིབ་འདུག་བྱ་འོས་པ་ཞིག་
རེད། ཁོ་བོས་བསམ་ཚུལ་ལ་དེར་དུས་དཔོན་པའི་ནང་གི་ཤུ་པ་རྣམས་ནི་གྲོང་
གསེབ་ཀྱི་མི་སེར་ལས་ཡོན་ཏན་རྒྱུ་ཟད་ཆེ་བ། གྲོང་ཁྱིམ་ནང་གི་མིའི་ཡོན་ཏན་
དང་བསམ་པའི་དཔལ་ཡོན་གྱི་ཚད་གཞི་ལ་མ་སྤྱོད་པའི་མི་ལུང་གསུམ་པ་ཞིག་
ཆགས་ཡོད་པ་རེད། ཁོ་ཚོའི་བྱེད་ཚོས་དེ་གྲོང་གསེབ་མིའི་འདོད་རྒྱུ་ཚོགས་ཤིས་
དང་། གཞན་ལ་བཀའ་དྲིན་རྗེས་དྲན་གྱི་མི་གཤིས་བཟང་སྤྱོད་དེ་བརྒྱགས་ཤིང་།
གྲོང་ཁྱིམ་ནང་གི་མི་ལུགས་དང་བྲིམས་ལུགས་སོགས་བཟང་སྤྱོད་ཀྱི་དཔལ་ཡོན་
དེ་དག་གི་གནས་ཚུལ་ཡང་ཆོད་ལྟན་ཞིག་ཤིས་མ་སྤྱོད། རང་འདོད་དང་། ང་

རྒྱལ་ འགན་ཚུན་གསུམ་གྱི་རང་བཞིན་ཅན་གྱི་མིའི་ཕྱི་ཤོག་གསར་པ་ཞིག་ཆགས་
ཡོང་ཞིང་འདུག་པ་འདི་ནི་སྤྱི་ཚོགས་རིག་པ་ཆེད་སྦྱོང་གི་ཞིབ་འཇུག་སློབ་མ་རབ་
འབྱམས་དང་། འདུམ་རམས་པ་རྣམས་ཀྱི་ཞིབ་འཇུག་གི་སྦྱོང་ཡུལ་གསར་པ་ཞིག་
མཐོང་། འདི་ལ་སྤྱི་ཚོགས་རིག་པའི་ངོས་ནས་ཞིབ་འཇུག་བྱ་འོས་པ་ཞིག་རེད།

༥ གྲིབ་ལྡེལ། རང་ཚོས་སྦྱོང་མཁན་གྱིས་ཉམ་པས་རྒྱན་བཤད་དགོས་པའི་རྒྱ་མཚན་
གང་རེད། དཔེར་ན། རྩོང་ཡོན་ཏན་དང་། ཀར་ཆེ་ལྟ་བུ་མང་ཚོགས་མདུན་དུ་
དགོས་མེད་གྱི་རྒྱན་ཁྱུངས་མེད་བཤད་དགོས་དོན་གང་རེད། རྩོང་ཏན་འདྲ་པོ་
ཞིག་ཡིན་ན་ཁོ་རང་དགོན་པའི་སྤྱི་གུར་ནས་སྤོང་འདོད་མེད་པས་ག་ས་ག་ལ་
དགོན་པ་གཞན་གྱི་སློབ་གྲྭ་དང་། ཤོང་ཕྱེའི་ཆོས་དད་པ་རྣམས་ལ་ཆོས་བཤད་བྱ་
རྒྱུའི་གོ་སྐབས་འཆོལ་ནས་འགོ་མཁན་ཞིག་རེད། དེ་ལ་བདེན་པ་བདེན་ལུབ་གྱིས་
ཆོས་ལྟ་མཁན་དེ་དག་ལ་སྐྱབས་འགོ་དང་། སློ་སྦྱོང་ལྟ་བུ་ཆོས་ཁྲིད་བྱས་ན་མི་ལ་
ཕན་ཐོགས། ཁོ་རང་ལའང་རྒྱན་གཏམ་གྱི་སྤྱི་གྲྭ་བའི་དཀའ་ལས་མེད་པ་གཉིས་
ཕན་གྱི་ལས་རེད། འོན་ཀྱང་ཤོང་ཕྱེའི་མི་མེར་ཁྲོད་དུ་ངས་ལུབ་བརྟན་ལུན་ཆོགས་
ཆར་བཅད་ཡོད་ཟེར་ཞིང་། ལོ་རྒྱུས་གྱི་ཕྱོགས་ཅམ་དང་མི་འབྲེལ་བའི་ལྟ་སྦྱང་
བཤད། ལུབ་བརྟན་ལུན་ཆོགས་ཆར་གཅོད་ལུབ་ན་སྤྱི་ཐོགས་རྣམས་གཉིས་ཆར་
གཅོད་ལུབ་པའི་མཁས་པ་ཞིག་ཡིན་པའི་ཚོལ་བརྟན་འདུག་པ་དེ་ནི་རང་གཞན་
གཉིས་ཀ་ལ་ཕན་ཐོགས་གང་ཡང་མེད་པའི་རྒྱན་རེད། དེ་བཞིན་དུ་སྤྱི་རྒྱུ་མདོ་
པའི་མཁན་པོ་ཀར་ཆེ་ཟེར་བ་དེ་ཡང་གཅིག་པ་རེད། ངས་དཔལ་སྤྱངས་ལྟ་ཀྱན་
ཁྱབ་གྱིས་མཁོ་འདོན་གནང་བའི་ཀར་ཤོད་ཀྱིས་བཀྲ་ཤིས་ཀྱི་སྤྱིས་རབས་རྣམ་
བཤད་དེ་ལ་བརྟེན་ནས་ཀར་ཤོད་ཀྱིས་བཀྲ་ཤིས་ཀྱི་འཁྱུངས་པའི་དུས་ཚོད་དང་།
དཔལ་སྤྱངས་དགོན་པའི་སྤྱིས་རབས་ཞལ་ཐང་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་མེད་སྟོར་ལ་
ཚུམ་ཡིག་གིས་པ་དེ་མཐོང་པ་དང་། ལུབ་བརྟན་ལུན་ཆོགས་གྱིས་ངའི་ཚུམ་ཡིག་
བརྒྱུས་པ་རེད། ཅེས་དུ་བའི་ཐོག་དུ་བཤད་པ་ནི་མི་སྤྱང་གསུམ་པ་ཞིག་གི་རྒྱན་
གཏམ་རེད། གལ་སྲིད་ངས་ཁྲོད་རང་གིས་བྱ་ཐོག་དུ་བཏང་པའི་ཡིག་ཆ་དེ་ལ་
དཔུང་གཞི་བཟུང་ནས་བཙུམས་ཡོད་ན་དེ་ལ་རྒྱན་མ་ཟེར་རྒྱུ་ཡོད་མ་རེད། ཏ་

བའི་ཐོག་ཡིག་ཆ་བཏང་པ་དེ་ལ་ཐུན་མོང་གི་དབྱུང་གཞི་ཆགས་ཚར་པ་རེད།
ཁྱོད་ཀྱིས་བསམ་ཚུལ་དེ་ནི་དེང་རབས་རིག་གཞུང་ཞིབ་འཇུག་གི་གནས་སྐབས་
ཆ་ཚང་ཤེས་མ་ཐུབ་པའི་བསམ་སྒྲོ་སྤང་གསུམ་པ་ཞིག་རེད། འོན་ཀྱང་ཁྱོད་
རང་གིས་ན་ཡོར་བཏང་ཡོད་ན། ངས་མ་མཐོང་སྟབས་ང་ལ་ཕན་མ་ཐོགས་པ་
རེད། ད་ཡོར་དཔལ་སྤངས་དེའི་ཚུང་སྒྲ་མས་མ་དཔེའི་པར་བཤུས་ང་ལ་གནང་
ཞིང་། ངས་དེ་ལ་དབྱུང་གཞི་བྱས་ནས་བྲིས་པའི་ཚུལ་ཡིག་དེས་རྒྱལ་ཁབ་སྤྱི་ནང་
གཉིས་ལ་གཡོ་འགུལ་ཞིག་བྱས་པ་རེད། ཁྱོད་རང་ན་ཡོར་བཏང་ཡང་བསྒྲོ་སྤྱོད་
བྱེད་མཁན་མི་བརྒྱ་ཕྱག་ཅུ་ཡང་མེད་པ་ནི་ཁྱོད་རང་ལ་ཡིད་ཆེས་མཁན་མེད་
པ་དང་། ངས་ད་ལོ་བཏང་བས་རྒྱལ་ཁབ་སྤྱི་ནང་གཉིས་ཀའི་ལོ་རྒྱུས་ཞིབ་འཇུག་
པ་རྣམས་གཡོ་འགུལ་ཞིག་ཐེབས་པ་ནི་ང་རང་གི་གཟི་བརླིང་ཅིག་རེད། འདི་
ལྟར་སྤྱོད་ཡོན་ཏན་དང་མཁན་པོ་ཀར་ཆེ་རྣམས་ཀྱིས་ང་ལ་ངན་སྒྲ་བའི་རྒྱ་
མཚན་དེས། ད་ལྟ་ཁོ་རང་ཆོ་དགོན་པས་བདག་ཉར་མ་བྱས་པའི་གཟན་ཤམ་
ཀྱོན་མཁན་དེ་དག་ལ། ཁོ་རང་ཆོ་ལ་སྤྱི་ཚུགས་ཐོག་ཏུ་རིན་ཐང་ཉམས་པའི་
དཀའ་ངལ་ཞིག་འཕྲད་སྟབས། མི་དམངས་ཀྱི་སེམས་ནང་ཏུ་སྤྱི་ཚུགས་ཐོག་ཏུ་
ཡོན་ཏན་ཅན་ཡིན་ན་གཟན་ཤམ་ཀྱོན་མཁན་ཞིག་ཡིན་དགོས་པ་དང་། འཛོན་
ཐང་ཅན་ཡོད་ན་གཟན་ཤམ་ཅན་ཞིག་ཡིན་པའི་བསམ་སྒྲོ་བསྐྱེད་པའི་ཆེད་ཏུ།
སྤྱི་མེད་བར་གྱི་འགྲན་ཚོད་ཀྱི་བྱ་སྤྱོད་ཅིག་རེད། འདི་ལྟ་བུ་གྲུ་པ་སྤང་གསུམ་པའི་
བསམ་སྒྲོ་འདི་འདྲ་བ་རང་ལ་དབང་བའི་དགོན་པ་ཡོད་པ་དང་། རྒྱན་ཏུ་རང་
དགོན་ཟེར་ནས་བསྐྱེད་ས་ཡོད་པའི་གྲུ་པ་དེ་རྣམས་ལ་འདི་ལྟ་བུའི་བསམ་སྒྲོ་ཡོད་
མ་རེད། སྤྱོད་ཡོན་ཏན་ལ་སོགས་ཁོ་རང་ཆོ་གནས་ལྷགས་ཚུལ་ལྟན་གྱི་གྲུ་གོས་
ཀྱོན། དགོན་པའི་ནང་ཏུ་བཞུགས་མཁན་ཞིག་ཡིན་ན་སེམས་འཁྲལ་འདི་ལྟ་བུ་
མེད་ལ། རྒྱག་རྒྱན་ཡང་འདི་འདྲ་བཤད་པའི་དགོས་པ་ཡོད་མ་རེད། དེང་ཏུས་
ཡོན་ཏན་དང་འཛོན་ཐང་གཉིས་ཀ་ཆེ་བ་དེ་གྲུ་པ་ལས་སྤྱོད་པའི་རིགས་མང་ཞིག་
ཆགས་ཚར་པ་རེད། སྤྱོད་པའི་རིགས་རྣམས་སྒོ་བ་གྲུ་ཆེན་མོ་དང་། རབ་འབྱམས་པ་
དང་། འབྱམ་རམས་པ་མང་པོ་ཆགས་ཡོད། དེང་ཏུས་གྱི་གྲུ་པ་རྣམས་སྒོ་བ་གྲུ་

ཆེན་པོ་ཡིག་ཚད་མ་ལོན། གཞུང་ཞབས་པའི་རྒྱལ་མ་འཕྲོད་པ་ཤ་རྟག་རེད།
དགོན་པ་མེད་པའི་གྲ་འབྲལ་འདི་དག་ལ་གཅིག་སྟེང་གི་དོ་དམ་བྱ་སྟེ་སྟོང་འབྲལ་
དང་། རྒྱལ་སྤྱིའི་ལག་ལེན་ལྟ་བུ་སྟོབ་བྱིད་བྱེད་དགོས་པ་ནི་ཁ་ཆ་དགོས་གཏུགས་
གི་གནད་འགག་ཅིག་རུ་མཐོང་། དེར་སང་གྲ་འབྲལ་འདི་དག་ནི་གནས་ངེས་
མེད་རུ་འབྲམ། ཆོས་ངེས་མེད་འགའ་ཞིག་ལ་སྤྱངས་པས་ཐ་ལི་པན་གྱི་བསམ་སྟོ་
ལྟ་བུ་ཞིག་ཆགས་ཡོད་འདུག །

༤ དྲི་བ་རྒྱལ་པ། དེར་རུས་བོད་གྱི་སླ་མ་དང་སྟོན་པ་རྣམས་གཉིས་གྱིས་རང་གི་
མི་རིགས་ལ་མགོ་བསྐྱོར་གཏོང་བ་འདི་གཏི་མུག་གིས་ཡིན་ནམ་ཤེས་རབ་གྱིས་
ཡིན། དང་པོ་སླ་མའི་རྒྱུ། བ་ལོ་རྟོགས་དབྱིབས་ནད་རུག་གི་སྐབས་སུ་མཛོད་
ཚད་སླ་མ་ཟེར་བ་ཞིག་གིས་སྐད་འཕྲིན་ནད་རུ་སྟེ་བསྐྱགས་ལ། དགོན་མཆོག་
གསུམ་ལ་དད་པ་སྟེང་མེད་བྱེད་མཁན་རྣམས་དང་། དགེ་ཚུལ་སྟོང་སྟོམ་པ་དམ་
ཆོག་མ་ཉམས་པར་སྤང་མཁན་ཡིན་ན་ནད་འདིས་མི་གཞོད་པ་བརྒྱ་ཆ་བརྒྱ་ཐམ་
པ་ངས་འགན་ཁུར། གལ་སྲིད་ན་བྱུང་ན་ངས་ནད་གཡོག་བྱེད། སྟོན་རིན་འཕྲོ་
སོང་གཏང་བཤད་པ་རེད། དོན་དངོས་ཡོང་མི་སྲིད་པའི་ཁས་ལེན་འདི་དེར་རུས་
གྱི་མཁས་སྟོན་སུས་བལྟས་ཀྱང་ཆོས་གྱི་རིན་ཐང་དྲིལ་བསྐྱགས་བྱེད་པའི་ཆེད་རུ་
རང་མགོ་རང་གཡོག་ཡིན་པ་ཤེས་སྟེ།

གཉིས་པ་སྟོན་པའི་རྒྱུ། དེར་རབས་གསོ་བ་རིག་པའི་རྒྱུ་ཤེས་གང་འཆོམས་
ཤིག་ཡོད་པ་ཞིག་ཡིན་ན། ཚུ་སྟོན་ཤིང་སྟོན་སོགས་སྟོལ་རྒྱུ་གསོ་བ་རིག་པ་གང་
ཞིག་གིས་ཀྱང་རིམས་ནད་དང་། ཡམས་ནད་གྱི་ནད་འབྱ་དང་ནད་རུག་འགོག་
བཅོས་མི་ཐུབ་པ་ནི་ཤེས་སྲིད་པ་ཞིག་རེད། འོན་ཀྱང་རང་ལ་སྟོར་མ་ཅུང་ཟད་
ཐོབ་པའི་ཆེད་བོད་མི་དམངས་ཀྱི་ཆེ་སྟོག་སྤང་མེད་རུ་དོར་ནས། བོང་ང་སོགས་
བཟེ་རུག་ཡོད་པའི་སྟོན་སྟོར་ནག་པོ་དགྲ་སྟོར་སོགས་མི་དམངས་ལ་འོས་སྟོར་
བྱེད་ཅིང་ནད་ཡམས་འགོག་བཅོས་ཐུབ་པ་དྲིལ་བསྐྱགས་པ་ནི་སྟོར་མོའི་ཆེད་རུ་
ཡིན་པ་སུས་ཀྱང་ཤེས་སྟེ། །

2022 ལོའི་ཚུམ་ཡིག་ཐོར་བྲལ།

རྩ་ཆ་མེད་པའི་ཚོས་བཤད་མཁན་ལ་གསལ་འདེབས།

2022.1.6

སྤྱི་མ་དང་། ལྷ་པ། རྩོམ་ཆུང་པ་ལ་འཇིག་རྟེན་མི་ལྷགས་རྒྱུ་ཟད་ཤེས་པ་བྱ་
 རྟེན་མེད་པ་དེ་ཡིན། ད་ལྟར་ཚོ་བོད་མི་དམངས་ཀྱི་ནང་དུ་ཡོན་ཏན་རྒྱུ་ཟད་
 ཡོད་མཁན་དེ་སྤྱི་མ་དང་སྤྱི་མ་པ་གཉིས་རེད། འོན་ཀྱང་མི་དམངས་དང་འབྲེལ་
 བའི་ལས་ཀའི་ནང་དུ་ཚོས་ལ་དད་པ་མེད་ཤོས་དང་། ལས་རྒྱ་འབྲས་ལ་ཡིད་
 ཚོས་མེད་ཤོས་དེ་དེར་གི་སྤྱི་མ་ཁག་གཅིག་དང་། སྤྱི་མ་པ་ཁག་གཅིག་ཡིན་པར་
 སྤྱང་། ཁོ་ཚོས་འཇིག་རྟེན་མི་ལྷགས་ཚུ་བ་ནས་མ་ཤེས་པར། དམ་པའི་ལྷ་ལྷགས་
 ཁོ་ནར་བཤད་ཅིང་ཡོད་པ་རེད།

གཅིག །ཞུ་ལྷགས་མ་གཏོགས་མི་ལྷགས་མི་ཤེས་པའི་སྤྱི་མ་།

- 1 ཁོ་ཚོས་ཚོས་བཤད་སྐབས་སྤྱི་སྤྱི་ཆ་སྤྱི་པོ་བཤད་ཅིང་སྤྱི་བ་སྤྱི་མའི་གནས་
 ཚུལ་དང་། འགོ་བ་རིགས་རྒྱལ་གི་སེམས་ཅན་རྣམས་པ་མ་ཡིན་པ་རྩོམ་ཤིང་།
 དེ་དག་གི་གནས་སྤང་སྤྱིར་ལ་འབྲེལ་བཤད་གནང་རྒྱུ་མི་སེར་ཡོན་ཏན་མེད་པ་
 དེ་རྣམས་ཁོ་ཚོའི་གཏམ་ལ་ཡིད་ཚོས་ཏེ་མགོ་བསྐྱར་གཏོང་བྱུང་ཅིང་ཡོད་པ་རེད།
 དཔེར་ན། དེར་རྒྱུ་བྱ་སྤྱི་མ་སྤྱི་ཆ་སྤྱི་པོ་བཤད་ནས་རྒྱ་རིགས་ཆུང་པོ་
 ཡོན་ཏན་ཡོད་མཁན་དེ་དག་གྱུར་མགོ་བསྐྱར་ནས་སྤྱིར་མང་པོ་དུ་བའི་སྤྱི་མ་
 གཡོ་ལེན་བྱེད་བྱུང་པ་འདྲི་ནི་བྱ་རྒྱུ་དེ་དག་གིས་སྤྱི་ཆ་བཤད་སྤངས་ཀྱི་དག་
 གི་སྤྱི་ཆ་ལ་ཞིག་རེད། དེ་བཞིན་དུ་རྩོམ་ཚོས་བཤད་སྤྱིར་པ་བྱེད་ཅིང་མི་
 དམངས་མགོ་བསྐྱར་མཁན་གྱི་སྤྱི་མ་རྣམས་ཀྱང་དེ་དང་གཅིག་པ་རེད།
- 2 ཁོ་ཚོས་ད་ལྟའི་འཚོ་བའི་གནས་ཚུལ་དང་། མི་སེར་གྱི་བདེ་སྤྱི་སྤྱིར་ལ་གང་
 ཡང་མི་ཤེས་པ་ཞིག་སྤྱི། ཤོར་པའི་ནང་གི་དུད་ཚང་དབུལ་པོ་རྣམས་ལ་ཤི་པོ་ལ་

གཤེན་ཆོག་དང་། གསོན་པོ་ལ་རིམ་གྱི་འདོན་མཁན་གྱི་སླ་མ་ལས་སླ་པོས་གདན་
 དྲངས་མི་བྱུང་པ་རེད། དཔེར་ན། རྩེ་དགོ་དགོན་ཆེན་ཡས་མས་གྱི་ས་ཆ་དེ་དག་
 ཏུ་སླ་མ་གདན་དྲངས་ས་ལ་མོ་ཏ་བཟང་པོ་མེད་ན་འགྲོ་མི་འདོད་པ་དང་། གྲོང་
 གསེབ་ཁ་འཐོར་ཏུ་གནས་པའི་ཁྱིམ་ཏུ་སླ་མ་གདན་དྲངས་དཀའ་མོ་ཞིག་རེད་
 ཅེས་ཐོས། ཁོ་ཆོས་འགྲོ་བ་རིགས་དྲུག་གི་སེམས་ཅན་རྩ་ཤེས་ཤིང་དེ་དག་ཐམས་
 ཅད་ལ་སྤྱིར་རྩེ་བྱ་དགོས་ཟེར། རང་གི་ས་ཡུལ་གྱི་མི་སེར་དཔུས་མ་དེ་དག་རྩ་
 ཤེས་ལ་སྤྱིར་རྩེ་ཡང་བྱེད་ཅིང་ཡོད་མ་རེད། སྤྱི་བ་བྱི་མ་དང་། འགྲོ་བ་རིགས་
 དྲུག་གི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ས་མ་ཡིན་པ་རྩ་ཤེས། ད་ལྟའི་སྤྱི་ཆོགས་གྱི་འཆོ་བ་
 དང་། མི་སེར་གི་བདེ་སྤྱད་མི་ཤེས་པའི་གནས་ཚུལ་ཞིག་རེད། ར་ཆོས་འདིར་
 ཞིག་རྒྱུ་དང་། དགོན་པའི་བདག་པོ་སླ་མ་གྱི་པ་རྣམས་མ་རེད། བཅོས་བསྐྱར་
 སྤྱི་འབྱེད་སྐབས་སུ་དགོན་པ་བསྐྱར་གསོ་བྱེད་མཁན་མི་དམངས་རེད། དགོན་པ་
 བསྐྱར་གསོ་བྱུང་རྗེས་སླ་མ་སྤྱིར་པ་འགའ་ཡོད་པ་དང་། གྲྭ་པ་གསར་པ་བཅོས་པ་
 རྣམས་གྱིས་མ་སྐྱུལ་དང་སྤང་གི་སྤོ་ནས་ཁོ་རང་ཆོ་དགོན་པའི་ནང་ཏུ་གཙང་སྤྱི་
 བྱེད་མཁན་དང་། མཆོད་པ་འབུལ་མཁན། སྤྱི་ཆོག་འདོན་མཁན་བསྐྱེད་པ་རེད།
 མི་དམངས་རྣམས་གྱིས་སྐབས་དེར་དགོན་པ་བསྐྱར་བཞེངས་བཅོ་བའི་དམིགས་
 ཡུལ་དེ་གི་པོ་པོ་རྣམས་ཤེས་བཅུགས་ས། གསོན་པོས་སྐྱབས་འཇུག་ཁུ་ས་ཞིག་ཡོང་
 བའི་རེ་བ་རེད། དེ་རྗེས་གཡར་པོ་ཡུན་རིང་ན། བདག་པོ་ང་ཡིན་ཟེར་བའི་དཔེ་
 ལྟར་སླ་མ་དང་སྐྱུལ་སྐྱུ་རྣམས་ནི་དགོན་པའི་བདག་པོ་དང་། མི་དམངས་གྱི་
 དཔོན་པོ་འབྲུག་ནས། དགོན་པ་ནི་ལས་ཀའི་ཁྲལ་དང་དཔལ་འབྱོར་གྱི་ནོར་ཁྲལ་
 བསྐྱ་སའི་ལས་ཁྲལ་ལྟ་བུ་ཞིག་དང་། སླ་མ་ནི་མི་དམངས་གྱི་འགོ་བློད། ཆོས་
 བཤད་ནི་མི་དམངས་དབང་བསྐྱར་དང་དོ་དམ་བྱེད་ཆས་གྱི་བྲིམས་ལུགས་ལྟ་བུ་
 འདི་བྱུང་བ་རེད། ཆོས་པ་ཟེར་བ་དེ་མི་སེར་གྱི་བདེ་སྤྱད་ལྟ་མཁན་ཞིག་དགོས་པ་
 ལས་མི་སེར་ལ་མགོ་རྒྱུད་སྤྱད་མཁན་ཞིག་དགོས་པ་མེད།

༡ སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ས་མ་ཡིན་ན་ཁྱོད་རང་ཆོ་བྱི་མཐོན་པོ་ཞིག་གི་ཐོག་
 ཏུ་བཞུགས། ས་མ་ཐམས་ཅད་ཐང་དཀྱིལ་ཏུ་ཐལ་འཆུབས་ཉིལ་ལེ་བསྐྱེད་བཅུག་

པ་དེ་ལྟ་ལུགས་དང་མི་ལུགས་གཉིས་ཀ་ལས་འགལ་བ་ཞིག་རེད། དེར་རྒྱས་
 འཛམ་བུ་སྤྱི་བོ་ཡི་ཡུལ་རྒྱ་མི་དམངས་ཐལ་དོང་ནང་རྒྱ་བསྐྱེད། དཔོན་པོ་གསེར་
 བྱི་ཐོག་རྒྱ་འདུག་མཁན་ཞིག་མཐོང་མི་ཐུབ་པ་རེད། ང་གོ་ལའི་ཤར་རྒྱབ་གཉིས་
 སུ་རྒྱལ་ཁབ་ཁག་ཉི་ཤུ་ལྟ་ཅམ་ཞིག་ལ་འགོ་སྤྱོད་ཡང་སྤྱི་མ་གསེར་བྱི་ཐོག་རྒྱ་
 དར་གོས་ཀྱིས་བསྐྱབས། མི་དམངས་རྣམས་ཐང་རྒྱ་ས་རྒྱལ་གྱི་སྤྱོད་རྒྱ་སྤྱོད་མཁན་
 དེ་པོད་ཡུལ་མ་གཏོགས་མཐོང་མ་སྤྱོད། པོད་ཀྱི་ཚུགས་ལུགས་བྱེད་སྤྱོད་དང་ཚུགས་
 བཤད་སྐབས་ཀྱི་མི་དམངས་ལ་བརྟམ་བཙས་དང་མཐོང་རྒྱུ་འདི་ལྟ་བུའི་སྤྱོད་
 པ་ངན་པ་དེ་ང་རང་འགོ་སྤྱོད་སའི་འཛམ་སྤྱི་ཤར་རྒྱབ་གཉིས་ཀྱི་ཡུལ་ན་མཐོང་
 མ་སྤྱོད། ཀྱན་སྤྱོད་འདི་ལ་སྤྱི་སྤྱོད་རྣམ་པས་གཟབ་གཟབ་རེ་གནང་རོགས་ཞེས་
 འཕོད་སྤྱུལ་ཞིག་ཡིན།

གཉིས། རྒྱ་པོ་རྩ་མེད་པའི་སྤྱོད།

མི་ལ་ཡོན་ཏན་མེད་ན་རྩ་མེད། རང་འདོད་ཆེ། ཏམ་པ་ཆ། གང་དྲན་
 བཤད་པོད་པ་ཞིག་རེད།

༡ རྩ་མོ་ཞིག་གིས་དགེ་སྤྱོད་གི་རྟེན་ལ་སངས་རྒྱས་མི་ཐུབ་ཟེར། ཉེ་ཆར་སྐད་
 འཕྲིན་བྲ་ཐོག་རྒྱ་མོ་ཞིག་གིས་ཚུགས་བཤད་ཞོར་རྒྱ་སྤྱི་ཚུགས་ལ་བཀའ་བཀྲོན་
 གནང་ཞིང་ཡོད་འདུག་པ་དེའི་དོན། གསེར་རྩ་དང་ཡ་ཆེན་གང་གི་རྩ་མོ་ཡོན་མི་
 ཤེས། མོས་བཤད་པར། སངས་རྒྱས་དགོས་ན་རྩ་ཆེན་ཅུ་ལྟ་ཅམ་སངས་རྒྱས་དགོས་རེད་
 མ་གཏོགས་དགེ་སྤྱོད་གི་རྟེན་ལ་སངས་རྒྱས་རྒྱ་ཡོད་མ་རེད། མི་ལ་རས་པ་ཨ་སྤྱི་
 ཚུགས་སྤྱོད་དང་རྩ་ཆེན་སངས་རྒྱས་པ་རེད། གྲུབ་ཐོབ་ཀྱ་གུ་རི་པ་བྱི་མོ་ཞིག་ལ་རྩ་
 ཆུང་སངས་རྒྱས་པ་རེད། དགེ་སྤྱོད་གི་རྟེན་ལ་ཐད་ཀར་སངས་རྒྱས་པ་ཡོད་མ་
 རེད། ཅིས་ཟེར། རྩ་མོ་མེད་པའི་ཚུགས་ལོག་འདི་འདྲ་བ་ཚུགས་པའི་བྱི་ཐོག་ནས་
 བཤད་པ་ནི་སངས་རྒྱས་བསྟན་པ་ཉམས་པའི་རྟགས་ཤིག་རེད། དགེ་སྤྱོད་གི་རྟེན་
 ལ་སངས་རྒྱས་རྒྱ་མེད་ན་ཤུག་ཐུབ་པ་སངས་རྒྱས་ཡོན་པ་ཁས་མི་ལེན་ནམ། མི་
 ལ་རས་པ་སངས་རྒྱས་མ་རེད། གྲུབ་ཐོབ་རེད། སངས་རྒྱས་དང་གྲུབ་ཐོབ་གཉིས་
 ས་ལམ་ལ་གནམ་སའི་བྱུང་པར་ཡོད་པ་དེ་འང་མི་ཤེས་པའི་ཚུགས་སྤྱོད་ཞིག་གིས་

ཆོས་བཤད་བྱེད་པ་ནི་ལྷན་ངན་རེད། མི་ལ་རས་པས་གསང་ཡུམ་བཞེས་པ་རེད་
 ཟེར་བ་དེ་ཨ་ཁྱི་ཆོས་ཀྱི་སྒྲོན་མ་ཟེར་བ་དེ་དོན་རྒྱ་རྒྱ་འདྲོད་ཅན་གྱི་སྤྲུགས་པའི་སྡེ་
 ཆོགས་དེ་དག་གིས་རྟོག་བཟོ་བྱས་པའི་སྤྲུང་ཞིག་རེད། ཨ་ཁྱི་མ་དང་རྒྱ་ཟེར་བ་ནི་
 དོན་རྒྱ་འདྲོད་དང་རྒྱ་བརྒྱབ་པ་རེད་ཟེར་བའི་དོན་རེད། ཡིན་ནའང་སྤྲ་ལོག་མགོ་
 བསྐྱར་གཏོང་མཁན་དེས་མི་ལ་རས་པའི་རྣམ་ཐར་ཡག་པོ་ཏུ་མ་གོ་པ་རེད། མི་
 ལ་རས་པ་ལ་མི་མ་ཡིན་པའི་སྤྲུགས་ཀྱི་གསང་ཡུམ་ཟེར་བ་དེ་ཨ་ཁྱི་མ་རེད། རྩོ་མོ་
 བཀྲ་ཤིས་ཆོ་རིང་མ་གསང་ཡུམ་བཞེས་པ་རེད་ཅེས་བཤད་ཡོད་ཀྱང་དེ་ནི་ལྷ་
 སྤྲུང་ལས་ལོ་རྒྱུས་དངོས་མིན་ཏེ། རྩོ་མོ་བཀྲ་ཤིས་ཆོ་རིང་མའི་མཆོན་གཞི་ནི་རི་
 པོ་རྩོ་མོ་སྤྲང་མ་ཟེར་བ་འདི་རེད། དེས་ན་མི་ལ་རས་པས་རི་པོ་དང་རྒྱ་རྒྱ་རྒྱ་
 རྒྱུ། དེ་ནི་དོན་དངོས་མི་ལ་རས་པ་བྱུང་མེད་དང་འབྲེལ་བ་མེད་པའི་དཔང་
 རྟགས་ཀྱི་རྩོ་རིང་ཞིག་རེད།

༡ གཤམ་པའི་སྤྲིབ་སྤྲོད་ཀྱི་གཞན་གསུམ་གྱིས་ཆོག་ཟེར་བ། ཉེ་ཆར་སྤྲ་ལོག་
 འགའ་ཞིག་གིས་མི་ཤི་བའི་སྤྲིབ་སྤྲོད་རྒྱ་གཞན་གསུམ་གྱིས་ཟེར་བ་ནི་ལྷ་
 སྤྲུགས་པའི་ཆོས་ལྷགས་ཡིན་པར་ངེས། སངས་རྒྱུ་ཤུག་ཐུབ་པས་དགོ་ཚུལ་སྤྲང་
 གི་སྤྲོམ་པ་སྤྲང་མཁན་ཡིན་ན་ཤོ་སྤྲུག་གཞན་གསུམ་སྤྲང་དགོས་པ་གསུངས་ཡོད་པ་
 བཤད་མ་དགོས་པ་མ་ཟད། བསྐྱར་གནས་ཡན་ལག་བརྒྱད་ཀྱི་སྤྲོམ་པ་ཉིན་ཞག་
 གཅིག་ཅུང་བསྤྲང་བ་ལ་ཡང་ཤོ་སྤྲུག་གཞན་གསུམ་བྱ་མི་རུང་བའི་སྤྲོམ་སྤྲང་ཆོག་གི་
 སྤྲོམ་པ་ལས། རི་སྤྲིད་སང་ཉི་མ་མ་ཤར་གྱི་བར་རྒྱ་གསོ་སྤྲང་ངེས་པར་སྤྲངས་བར་
 བཞུགས།

དང་ནས་སྤྲོག་གཙང་མི་བྱ་ཞིང་།
 གཞན་གྱི་ཁོར་ཡང་སྤྲང་མི་བྱ།
 འབྲིག་པའི་ཆོས་ཀྱང་མི་སྤྲང་ཅིང་།
 རྒྱ་གྱི་ཆོག་ཀྱང་མི་སྤྲོ།
 རྒྱ་གྱི་མང་པོ་ཉེར་བརྟེན་པའི།
 ཆང་གི་ཡོངས་སུ་སྤྲང་བར་བྱ།

ཁྱི་སྒྲུབ་ཆེ་མཐོ་མི་བྱ་ཞིང་། །
 དེ་བཞིན་རུས་མ་ཡིན་པའི་བས། །
 སྤྱི་དང་སྤྱིང་བ་དང་ནི་རྒྱན། །
 གར་དང་སྤྱུ་སོགས་སྤང་བར་བྱ། །
 རི་ལྟར་དགྲ་བཙམ་ཉག་རུ་ནི། །
 སོག་གཙོད་ལ་སོགས་མི་བྱེད་ལྟར། །
 དེ་ལྟར་སོག་གཙོད་ལ་སོགས་སྤང་། །

སངས་རྒྱས་ཆོས་ལུགས་དང་འགལ་བའི་དེང་རུས་པོད་རུ་ཆོས་སོག་མང་པོ་ཞིག་
 དར་བཞིན་པ་འདི་ལ་སྤྱུ་སྤྱུལ་ཚད་ལྡན་རྣམ་པས་དགག་བཞག་ཅིག་གནང་ན་
 གནད་རུ་སྒྲིན་པ། བྱད་ཐོག་རུ་སྒྲུབ་ལྟ་བུ་ཞིག་འགྱུར་ངེས་རེད།

གསུམ། མི་སྒྲུབ་ཞོན་མི་མེས་པའི་སྒྲིམ།

༡ གཞན་གྱིས་གང་ཟེར་བའི་དོན་མི་གོ་བའི་སྤྱུ་མ་གྱུ་པའི་སྤྱུན་ཉག་ས། དེང་རུས་
 སྤྱི་བའི་ཐོག་རུ་བཤོ་སྤྱིང་བྱེད་མཁན་གྱི་སྤྱུ་མ་གྱུ་པ་ཁག་ཅིག་སྤྱད་པ་དེ་འགྲོག་
 པའི་ཐོག་ལས་སྤྱུན་པ་རེད་འདུག །གང་ཞེ་ན། སྤྱི་ཐོག་རུ་བཤོ་སྤྱིང་བྱེད་སྐབས་
 གཞན་གྱིས་གང་བཤད་པ་དེ་སྤྱིང་ག་ཅམ་མ་གཏོགས་གོ་ཡོད་མ་རེད། དེ་ནས་
 རང་གིས་གང་བྱ་དེ་ཁྱུར་བཤད་བྱེད་མཁན་ཞིག་རེད། དཔེར་དང་པོ། ངས་ད་
 ལོ་དེ་ལ་རྒྱུང་སྤྱུ་མས་ཀར་ཤོད་ཀྱིས་བཀྲ་བཤྲ་ཤིས་གྱིས་བྲིས་པའི་དཔེ་ཆ་མཐོ་འདོན་
 བྱས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་ཀར་ཤོད་ཀྱིས་བཀྲ་བཤྲ་ཤིས་གྱི་ལོ་རྒྱུས་གསལ་པོ་ཤེས་སོང་ཟེར་
 སྤྱི་ལ་བསྒྲགས་པའི་རྗེས་སུ། བཀའ་བརྒྱུད་པའི་སྤྱུ་ལོག་ཀར་ཆོ་ཟེར་བ་དེས། ངས་
 དཔེ་ཆ་རུས་གང་ཞིག་ལ་ལག་རུ་ལོན་པ་དང་། མི་སྤྱུས་མཐོ་འདོན་བྱས་པའི་སྤྱིར་
 བཤད་པ་མ་ཉོན་པར་ངས་ན་ལོར་སྤྱི་ཐོག་བཏང་པ་དེ་ཁྱོད་རང་གིས་བརྒྱས་པ་
 རེད། ཅིས་ཁྱུར་བ་དང་། དཔེར་གཉིས་པ། ཆོས་སྤྱིང་བྱུང་འབྲེལ་གྱི་གཞུང་གིས་
 ལོ་ངོ་བདུན་བརྒྱའི་རིང་ལ་མི་མེས་སྤྱི་བ་སྤྱིང་བྱེད་སའི་སྤྱི་བ་གྲུ་བཙུགས་མེད་པ་
 དང་། རྒྱ་མཚན་དེ་ལ་བརྟེན་ནས་མི་མེས་ནང་ལ་མཁས་པ་བྱུང་མེད་ཅིས་བཤད་
 པའི་ལན་རུ། གྲུ་ལོག་ཅིག་གིས་སྤྱི་བ་གྲུ་མེད་ན་དགའ་ལྡན་གྱི་པ་རྣམས་གང་ནས་

ཐོན་པ་རེད་ཅེས་ཟེར་བ་ལྟ་བུ། རས་མི་མེར་ལ་སློབ་སྦྱང་བྱེད་སའི་སློབ་ལྷ་མེད་
 ཅེས་བཤད་པ་ལས་དགོན་པ་མེད་བཤད་ཡོད་པ་མ་རེད། འོན་ཀྱང་ཁོ་རང་གི་
 ལྷན་པ་སྦྱེད་ཀ་ཅན་དེས་སྤང་ཆ་སྦྱེད་ཀ་མ་གཏོགས་གོ་ལུབ་མེད་པ་ལྟ་བུ་དང་།
 དཔེར་གསུམ་པ། ལྷ་པ་ཞིག་གིས་དྲ་བའི་ཐོག་ནས་ཀྲུ་པ་རུས་གསུམ་མཁུན་པ་
 འབྲུངས་ཡུལ་ཉག་རྩེར་རེད་ཅེས་བྲིས་ཡོད་པ་ལ། ལྷ་པ་གཞན་ཞིག་གིས་ཉག་
 རྩེར་མ་རེད་ཤིང་ལྷང་རེད་ཅེས་བྲིས་འདུག །འདི་ཚེ་ཕལ་ཆེ་བཀའ་བརྒྱད་པའི་
 ལྷ་པ་རྣམས་ཡིན་པར་སེམས། རང་གི་མི་ཤེས་བཞིན་རུ་བྱུན་སྤང་འདི་འདྲ་བཏོན་
 པ་ལ་ངོ་ཆ་མེད་པ་དེ་སྤྲུལ་ལྷ་པ་ཡིན་པའི་རྒྱ་མཚན་རེད། དོན་དངོས་ཁོང་
 གཉིས་ཀས་ནོར་བ་རེད། དང་པོ་དེ་གནའ་པོའི་རུས་མདོ་ཁམས་ཏེ་ཤོད་གངས་
 གྱི་ར་བ་ཟེར་ན་དཀར་མཛེས་དང་ཉག་རྩེར་སྦྱི་མིང་རེད། ད་ལྟ་རུས་གསུམ་
 མཁུན་པའི་འབྲུངས་ཡུལ་དཀར་མཛེས་རྫོང་པེ་རི་གསེས་མཁར་སྡེ་ཤོག་གི་ར་
 ཉག་སྤྱོད་ཟེར་བའི་གྲོང་དེར་ཡོད་རེད། སྤྲུལ་སྤྱོད་དཀར་ཆོག་མཛོད་ནང་རུ་
 ཉག་རྩེར་ཞེས་བྲིས་པ་དེ་མ་དག་རྒྱན་འབྲུམས་བྱས་པ་ཞིག་རེད། སྤྱི་མས་ཤིང་
 ལྷང་ཟེར་བ་དེ་རྒྱ་སྤང་རུ་ཉག་རྩེར་གི་ས་མིང་ཤིང་ལྷང་ཟེར་བ་དེ་རེད། ཀྲུ་འི་ལྟ་
 བཟོ་ཟེར་བ་ཞིག་གིས་སྤྲུལ་མ་དེ་ལ་སྦྱོན་བཟོད་བྱེད་ཅིང་ཁྱོད་མིག་ལོང་མེད་ན་
 ཉག་རྩེར་མ་རེད་ཤིང་ལྷང་རེད་ཟེར་བའི་པོད་ཡིག་རྒྱ་སྤང་ཐོག་རུ་བྲིས་པའི་ཡིག་
 རོར་ཞིག་བཏང་བྱང་། གནས་ལུགས་ཀྱི་དོན་དངོས་མ་ཤེས་ནའང་ཏམ་པ་ཆ་
 པོས་འདི་འདྲ་བཤད་པོད་པ་དེ་སྤྲུལ་ལྷ་པའི་བྱུན་ཉགས་བསམ་ཡུལ་ལས་འདས་
 པ་ཞིག་རེད། རུས་རབས་ཉེར་གཅིག་པའི་ནང་ད་རུང་མི་བྱུན་པོ། ཏམ་པ་ཅན།
 རང་སྦྱོན་མི་མཐོང་བའི་ང་རྒྱལ་ཅན་འདི་ལྟ་བུ་ཡིད་སྦྱོར་གོས་པ་ཞིག་རེད། འོན་
 ཀྱང་པོད་ཀྱི་མི་མེར་དཀྱུས་མའི་ནང་རུ་མི་ཐ་ཆད་འདི་འདྲ་བ་དགོན། ཁོ་ཚོ་ཡོན་
 ཏན་མེད་ནའང་ཁོངས་སྦྱང་ཅན། རང་སྦྱོན་མཐོང་མཁན་ཞིག་ཡིན་སྟབས་སྤྲུལ་
 ལྷ་པ་རྣམས་ལས་མིའི་སྤྱུས་ཆད་དེ་སྦྱེ་བོ་ཕལ་པ་དག་གིས་བཟང་བ་ཞིག་མཐོང་།

རྫོགས་པ་ཆེན་པོ་ནི་ཤུག་ཐུབ་པའི་ཆོས་ལས་ལྷག་པར་མིན་ནམ་སྟམ།

2022.2.24

ཉེ་ལམ་སྐད་འཕྲིན་དྲ་བའི་ནང་དུ་སླ་མ་ཞིག་གིས་བཤད་པའི་སྐྱ་སྐམ་ཞིག་
ཐོས་ཐུང་། སྐད་ཆ་དེས་ང་ལ་བསམ་སློ་མི་འདྲ་བ་གཉིས་དུས་གཅིག་ལ་སྐྱེས་ཐུང་།
དང་པོ། པོད་ཀྱི་སྒོལ་རྒྱན་སློབ་གསོའི་ཐབས་དེ་འཁྱར་སྟོན་མ་གཏོང་མི་མང་པོ་
མགོ་བསྐྱར་འོག་དུ་ལྷུང་ཡོད་པ་གསལ་པོ་རེད། གཉིས་པ། ཡང་ན་པོན་གྱི་རྫོགས་
ཆེན་ཟེར་བ་དེ་ལ་དམིགས་བསལ་གྱི་རུས་པ་ཞིག་ཡོད་དམ་སྟམ་ཐུང་།

༡ ཆོས་ཉམས་ལེན་བྱས་ནས་མི་གནམ་ལ་འཕྱར་ཐུབ་ཟེར་བའི་ཉམ་པའི་གཏམ་
དེ་ང་ཉ་ལས་སོང་། དེ་རིང་གི་སྐྱ་སྐམ་དེ་སྐད་ལ་བལྟས་ན་སྡེ་དུག་དཔལ་ཡུལ་
ཡས་མས་ཞིག་གི་སྒྲ་ལོག་ཅིག་ཡིན་པར་ཤེས་ཐུང་། ཁོང་གིས་བརྗོད་དོན། ཐུབ་
བསྟན་ཐུན་ཆོགས་དེ་དངོས་གནས་ལྟ་ལོག་པ་རེད། ཁོས་རྫོགས་པ་ཆེན་པོ་དེ་
པོན་པོའི་པ་ཆོས་རེད་ཅེས་བཤད་འདུག །ཀ་ཐོག་དགོན་དུ་འོད་གསལ་རྫོགས་པ་
ཆེན་པོ་ཉམས་ལེན་བྱས་ནས་རི་པན་ཚུན་བར་འཕྱར་ཐུབ་མཁན་གྱི་གྲུབ་ཐོབ་
སྟོང་ལྷག་མང་པོ་ཐུང་ཡོད། སྐབས་དེར་ཡུལ་དེའི་བྱང་མེད་ནམས་ཀྱིས་བཤད་པ་
ལ། ང་ཆོ་འཕྱར་སྐམ་པའི་འཕྱར་ཐང་གི་ཐོག་དུ་སླ་མ་འདི་ཆོ་པན་ཚུན་འཕྱར་
བའི་གྲིབ་མས་བསྐྱིབས་ཏེ་མཁྱོགས་པོར་སྐམ་མི་ཐུབ་པ་ཐུང་ཟེར་བ་རེད་ཅེས་
བཤད་སྒོལ་ཡོད་ཟེར། སྐད་ཆ་དུམ་བུ་འདི་ལ་རྒྱན་བྱངས་མེད་ཁ་ཤས་ཤིག་
མཐོང་། དང་པོ་འཛིག་རྟེན་ཁམས་ལ་མི་གནམ་ལ་འཕྱར་ནས་འགྲོ་མཁན་ཡོད་
སྟེད་དང་མི་སྟེད། ཚ་བའི་རྒྱན་རྒྱབ་དེ་ནས་བརྗོད་ཟིན་པ་རེད། གཉིས་པ། བྱང་
ཆོས་ཟེར་བ་དེ་གཞན་གཞོན་གཞི་དང་བཅས་པ་སྤང་བའི་བྱ་སྤྱོད་ཅིག་དགོས་པ་
ཡིན་པ་མདོ་རྒྱུད་ཀྱང་ལས་གསུངས། ཀ་ཐོག་སླ་མ་ནམས་གནམ་ལ་འཕྱར་ཏེ་
འགྲོག་པའི་འཕྱར་ཐང་སྐམ་པ་ལ་གཞོན་ཆེན་པོ་བྱས་ཡོད་ན། ཀ་ཐོག་གི་ཆོས་
དང་སླ་མ་དེ་དག་ཡུལ་མི་ལ་གཞོན་པའི་ཆོས་ལྷགས་ཤིག་རེད། གསུམ་པ། ཀ་

ཐོག་ནས་རི་ཕན་ཚུན་འགྲོ་བའི་ལམ་བར་ལ་འབྲོག་པ་ཡོད་མ་རེད། ཀ་ཐོག་དང་
 རྟོར་པོའི་ས་ཆ་ནི་རོང་པ་རེད། དེ་ལ་འབྲོག་པའི་འཕུར་ཐང་ཞིག་གང་ནས་བྱང་
 བ་རེད། གནད་དོན་འདི་གསུམ་གྱི་ངོས་ནས་ཁོ་རང་གི་སྐད་ཆ་དེ་ཆོས་དང་
 འཇིག་རྟེན་གཉིས་ཀ་དང་འགལ་བའི་བློན་གཏམ་རེད། འདི་ལྟར་ན་ནང་ཆོས་
 རིག་གནས་ཟེར་བ་འདི་ཡིས་པོད་ལ་ཕན་གནོད་གང་ཆེ། འདི་ཆོས་ཀྱི་སྦྱོན་རེད་
 དང་གང་ཟག་གི་སྦྱོན་རེད། མིག་སྤར་ཆོས་བཤད་བྱེད་མཁན་བླ་སྤྱལ་ཁག་གི་
 གསུང་འདི་འདྲ་པོ་ནི་དད་ལྡན་མགོ་ཚིངས་བྱེད་ཁོ་ན་རེད། སངས་རྒྱལ་གྱི་ཆོས་
 གཞུང་ནམས་སྤྱ་གནས་ལྷགས་མཐོང་བ། བདེན་པར་རྟོགས་པ། ཤེས་རབ་བསྐྱེད་
 པའི་ཐབས་སྤྱ་དམ་པའི་ཆོས་ཀྱི་རིག་པའི་གཞུང་ལྷགས་ལ་བསྐྱབ་དགོས་གསུངས་
 ཡོད་པ་རེད། མི་འདིའི་དམིགས་ལྷལ་ནི། འདི་འདྲ་བསམ་ལྷལ་ལས་འདས་པ་
 ཞིག་བཤད་ནས་ཆོས་ལ་དད་པ་བྱེད་མཁན་ནམས་མགོ་ཚིངས་བཅུག །ཚིངས་
 དད་ལ་བརྟེན་ནས་ཁོ་ཆོའི་འཆོ་བའི་ཡོ་བྱད་བདེ་བླག་ཏུ་འབྱུང་བའི་ཆེད་ཏུ་ཡིན་
 པ་ཤེས་ལྟར་རེད། དོན་ཏུ་མི་འཕུར་རྒྱ་མེད་པ་དེ་ཁོ་རང་ཡང་ཡིད་ཆེས་བརྟན་
 པོ་ཡོད་ངེས་རེད། དེང་རུས་འཛམ་བུ་གླིང་ན་མི་འཕུར་རྒྱ་ཡོད་པ་སུས་ཀྱང་
 མཐོང་ཐོས་མི་སྲིད་པའི་གནས་ཚུལ་ཞིག་རེད། ཀ་ཐོག་ཏུ་ཉིན་གཅིག་ལ་བླ་མ་
 འཕུར་མཁན་སྟོང་སྟག་གཅིག་ལྟ་ཅི། བྱ་སྟོང་སྟག་གཅིག་འཕུར་བ་ཡང་མཐོང་
 དཀའ། ཐོ་རོག་དང་ཁ་ཏ་ལྟ་བུ་ཡིན་ན་ལོ་གཅིག་ལའང་སྟོང་སྟག་གཅིག་ཡོང་མི་
 སྲིད། བྱ་ཆུན་གོ་པོ་ལྟ་བུ་ཡིན་ན་ལོ་བཅུ་ལའང་སྟོང་སྟག་གཅིག་མཐོང་མི་སྲིད་པ་
 རེད། དེས་ན་ཀ་ཐོག་ཏུ་ཉིན་གཅིག་ལ་སྟོང་སྟག་མང་པོ་འཕུར་མཁན་བྱང་ན་
 གཅིག་ནི་རྒྱ་འབྲུ་སེར་ལེབ་ཟེར་བ་ཞིག་ཐོག་གི་རྒྱ་བ་ཆ་པོའི་སྟེང་ཏུ་འབབ་པའི་
 འབྲུ་ཞིག་ཡོད་པ་དེའམ། ཡང་ན་འབྲུ་ཤ་སྦྱང་ཟེར་བ་དེ་ལྟ་བུ་གང་ཅུང་ཞིག་ཡིན་
 ཤས་ཆེ། བླ་ཡོག་གཅིག་གི་སྐད་ཆ་དེས་ང་ལ་བསམ་བློ་མི་འདྲ་བ་གཉིས་རུས་
 གཅིག་སྦྱེས་བྱུང་ཟེར་བའི་བསམ་ཚུལ་གཅིག་དེ་ཡིན།

༡ བསམ་བློ་གཉིས་པ་དེ། པོན་ཆོས་དེ་ཤུག་ཐུབ་པའི་ཆོས་ལས་ཆེས་ཁྱད་ཏུ་
 འཕགས་པ་ཞིག་མིན་ནམ་སྟམ་བྱུང་། གསང་སྟགས་རྟོགས་པ་ཆེན་པོ་ཟེར་བ་དེ་

དེར་རུས་ཞིབ་འཇུག་པ་ཕལ་ཆེར་བས་ཐོན་གྱི་ལྟ་བ་ནལ་མ་ཞིག་ཡིན་པ་ལས་རྒྱ་
གར་ནས་འཕྱར་བའི་གཞུང་མེད་པ་ཞིག་ངོས་འཛིན་བྱེད་མཁན་རེ་མང་རེད། ཀ་
ཐོག་ཏུ་རྫོགས་ཆེན་ཉམས་ལེན་བྱེད་མཁན་ཞིག་འཕྱར་ཡོད་ན། དེ་ནང་ཆོས་
ཉམས་ལེན་བྱས་ཏེ་འཕྱར་བ་ཞིག་མ་ཡིན་པར། ཐོན་ཆོས་ཉམས་ལེན་བྱས་པའི་
གྲུབ་འབྲས་ཤིག་རེད། དེ་ལྟར་ན་ཐོན་ཆོས་ཟེར་བ་དེ་ནང་ཆོས་ལས་ཆེས་ཁྱད་རྒྱ་
འཕགས་པ། རུས་མཐུ་ཆེ་བ། བྱིན་རྒྱལས་ཆེ་བ། འབྲས་བུ་ཐོབ་ལྷན་བའི་ཆོས་
ཞིག་མིན་ནམ་སྟམ་བྱུང་། ནང་པ་སངས་རྒྱས་པའི་ཆོས་ལྷགས་འདི་སྟོལ་གཏོད་
མཁན་སངས་རྒྱས་ཤུག་ཐུབ་པ་རེད། དེའི་སྐྱོ་ཆོ་གཅིག་ལ་མཇུག་རྗེས་གལ་ཆེ་
ཤོས་བརྒྱ་གཉིས་ཡོད་པ་ནི། སྐྱེ་བ་མངོན་པར་སྐྱེ་བ་དང་། །དགའ་ལྷན་གནས་
ནས་འཕོ་བ་དང་། །ལྷམས་སུ་འཇུག་དང་བལྟམས་པ་དང་། །བཟོ་ཡི་གནས་ལ་
མཁས་པ་དང་། །བརྟན་མོའི་འཁོར་དགུས་རོལ་པ་དང་། །ངེས་འབྱུང་དཀའ་བ་
སྟོན་པ་དང་། །བྱང་རྒྱུ་སྒྲིང་པོར་གཤེགས་པ་དང་། །བརྟུང་སྡེ་བཙམ་དང་རྫོགས་
པར་ནི། །བྱང་རྒྱུ་ཆོས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་དང་། །ལྷ་ངན་འདས་པར་གཤེགས་མཇུག་
རྣམས། །ཡོངས་སུ་མ་དག་ཞིང་རྣམས་སུ། །སྤྱིད་པ་རི་སྤྱིད་གནས་པར་སྟོན། །ཞེས་
པའི་མཇུག་པ་བརྒྱ་གཉིས་ཀྱི་ནང་རྒྱ་གནམ་ལ་འཕྱར་བའི་མཇུག་པ་མི་འདུག །

དེས་ན་ཀ་ཐོག་ཏུ་འོད་གསལ་རྫོགས་པ་ཆེན་པོ་ཉམས་ལེན་བྱས་ཏེ་གནམ་ལ་
འཕྱར་བུ་པའི་མི་ཞིག་བྱུང་ཡོད་ན། དེ་ཐོན་ཆོས་ཉམས་ལེན་བྱས་པའི་འབྲས་བུ་
ཡིན་པ་བཤད་མ་དགོས་པ་རེད། དེ་ལྟར་ང་ཆོས་ཐོན་གྱི་རྫོགས་ཆེན་ལ་ཞིབ་
འཇུག་དང་ཉམས་ལེན་བྱ་རིན་ཡོད་པ་ཞིག་རེད། ངས་རྫོགས་པ་ཆེན་པོའི་ཆོས་
དེ་ཡག་པོ་མ་རེད་ནམ་ཡང་བཤད་མ་ཐུང་། ད་ལྟ་ཀ་ཐོག་སྐྱེ་མ་འདི་ཡིས་གསུང་
ལྟར་ན་རྫོགས་པ་ཆེན་པོའི་ཆོས་དེ་སངས་རྒྱས་ཤུག་ཐུབ་པའི་ཆོས་ལྷགས་ལས་
ཆེས་ཁྱད་རྒྱ་འཕགས་པ་ཞིག་ཡིན་པ་གོ་བྱུང་། །

བོད་གྱི་ལོ་གསར་རོ་སྟོན།

2022.2.16

ད་ལོ་བོད་རྒྱ་གཉིས་ལོ་སར་རྒྱས་གཅིག་མིན་པའི་རྒྱུ་གྱིས་དེ་གཉིས་མི་འདྲ་
བའི་རྒྱ་མཆན་གང་ཡིན་པའི་སྐོར་ལ་འདྲི་བ་བྱེད་མཁན་དང་། བསྐྱོད་བྱེད་
པའི་སྐོར་གྱི་གནས་ཚུལ་འགའ་ཞིག་གི་ཆེད་དུ། ངས་བོད་གྱི་ལོ་སར་བྱེད་སྐོར་
བྱུང་བའི་སྐོར་གྱི་ལོ་རྒྱུས་ཆོག་ཉུང་ལ་དོན་འདུས་པ་ཞིག་གིས་རོ་སྟོན་བྱ་རྒྱུ་
ཡིན། བརྗོད་བྱ་འདྲིའི་གཞི་འདྲིའི་ས་དེ་རང་གིས་མཐོང་ཐོས་བྱུང་བའི་བོད་གྱི་ཡིག་
ཆ་གས་རྙིང་པ་རྣམས་དང་། བོན་གྱི་སྟོན་པ་གཤེན་རབ་གྱི་རྣམ་ཐར་ལས་ཁོང་ལོ་
གསར་སྟག་ལླའི་ཆོས་བཙེ་ལུ་ལ་སྐུ་འཁྲུངས་པ་ཞེས་གསལ་བ་དེ་ལ་བརྟག་ན།
བོད་ལ་ལོ་སར་སྟོན་མོ་བྱ་བའི་ལུགས་དེ་ལོ་རོ་སྟོན་སྟོང་ལ་ཉེ་བའི་ལོ་རྒྱུས་ཡོད་
སྟེད་པ་ཞིག་རེད། གང་ཡིན་ཞེ་ན། རྒྱ་མཆན་དང་པོ་དེ། ཁོང་ལོ་གསར་སྟག་
ལླའི་ཆོས་བཙེ་ལུ་ལ་འཁྲུངས་ཞེས་པ་དེས་སྐབས་དེ་རྒྱས་ནས་ལོ་གསར་རྙིང་གི་ཐ་
སྟོན་ཆགས་ཡོད་པ་དང་། དེ་ལས་ལོ་རྙིང་སྟེལ་ཞིང་ལོ་གསར་བསྐྱུ་བའི་དགའ་
སྟོན་བྱ་བའི་ལུ་སྐོར་ལ་འདྲི་གནའ་བོའི་རྒྱས་ནས་འཇམ་སྒྲིང་གི་ས་ཆ་མང་པོ་ཞིག་
ལ་དར་ཡོད་པ་རེད། རྒྱ་མཆན་གཉིས་པ། བོད་ལ་ཡི་གེ་མེད་པའི་རྒྱས་ནས་ལོ་
ཐོ་བཟོ་བའི་རིག་པ་དེ་བྱུང་ཡོད་རེད། དེ་ནི་གནའ་བོའི་བོད་གྱི་མེས་པོ་རྣམས་
གྱིས་རང་བྱུང་ཁམས་ལ་རྟོག་ཞིབ་བྱས་ཏེ་ལོ་ལྟ་ཞག་རྒྱས་གྱི་རྣམ་བཞག་ཤེས་པ་
བྱུང་བ་ཅིས་གྱི་ཡིག་ཆ་དག་ལས་གསལ་བ་སྟེ། དཔེར་ན། ཞང་ཁུང་ཤན་པོའི་
དག་ཅིས་ཞེས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་ལོ་འཁོར་གཅིག་ལ་ཞག་པོ་སྟམ་བརྒྱ་དུག་ཅུ་ཡོད་
པ་དང་། དེ་ལ་དགུན་ཉི་ལྷོ་གནས་བཟུང་དབྱར་ཉི་ལྷོ་གི་བར་ཞག་གྲངས་གང་
གི་མཆོམས་སུ་གནམ་གཤིས་ལ་དྲོ་གང་གི་འགྱུར་བ་དང་། ཁ་བ་འབབ་པ། རྒྱང་
འཕྲུལ་པ། ཤིང་ཅི་ཁ་འབྱས་པ། ཆར་པ་འབབ་པ། མེ་རྟོག་སྐྱེས་པ་སོགས་པའི་
སྐོར་དང་། དེ་ནས་དབྱར་ཉི་ལྷོ་གནས་དགུན་ཉི་ལྷོ་གི་བར་སྐར་ཡང་གནམ་

གཤེས་ཀྱི་འགྱུར་བ་མི་འདྲ་བ་བྱུང་བ་དང་། དབྱར་དགུན་སྟོན་དབྱིད་ཀྱི་རུས་
ཚོགས་བཞིའི་དབྱེ་བ་བྱེ་སྤངས་ནམས་སློ་འཛིན་བྱ་ཚོག་པའི་ཚོག་བཅད་བྱས་
ཡོད། དེ་བཞིན་རུ་ཆན་མོ་བལ་མའི་ཟླ་ཅིས་ཟེར་བ་དེ་ཟླ་བའི་འགྲོས་ལ་བརྟག་
ནས་ཟླ་བ་གཅིག་ལ་ཞག་པོ་སུམ་ཅུ་གཏན་འཁེལ་བྱས་ཤིང་ལོ་འཁོར་གཅིག་ལ་ཟླ་
བ་བཅུ་གཉིས་ཡོད་པ་ལ་སོགས་ཆ་བའི་གནམ་རིག་སྐར་ཅིས་དེ་དམངས་སྤོང་
ནས་དར་ཡོད་པའི་སྐར་གནམ་པོའི་ཡིག་ཚང་དེ་དག་ལས་གསལ་བཤད་བྱས་
ཡོད་པ་ལྟར་རེད། རུས་བཞིའི་ཐོག་མ་དབྱིད་རུས་བཞག་ཅིང་རུས་བཞི་རྫོགས་
མཚམས་ལོ་གསར་རྒྱིང་བརྗེ་བའི་ནམ་བཞག་ནི་ཁང་ཁྱུང་ཆན་པོ་དག་ཅིས་ལས་
གསལ། དེ་ནས་རྒྱ་བོད་གཉིས་ལོ་གསར་པ་མཉམ་རུ་མི་ཡོང་བའི་རྒྱ་མཚན་དེ་
ཟླ་ལྷག་བཅི་སྤངས་མི་འདྲ་བའི་དབང་གིས་རེད། ས་ཡི་གོ་ལས་ཉི་མའི་དགྱིལ་
འཁོར་ལ་བསྐྱར་བ་གཅིག་འཁོར་བའི་ཡུན་ལ་རགས་པ་ཞག་པོ་སུམ་བརྒྱ་རེ་ལྟ་
རེད། སྤྱི་རྒྱལ་བའི་ཟླ་བ་ཆེ་བ་ལ་ཞག་སོ་གཅིག་དང་། ཟླ་བ་རྒྱུད་བ་ལ་ཞག་སུམ་
ཅུ་རེ་བྱས་པའི་དབང་གིས་ལོ་རེ་ལ་ཟླ་བ་བཅུ་གཉིས་རེ་མ་གཏོགས་ཟླ་ལྷག་ཡོད་
མ་རེད། རྒྱ་བོད་གཉིས་ཀྱི་བཅི་སྟོལ་དེ་ལོ་གཅིག་ལ་ཞག་པོ་སུམ་བརྒྱ་རུག་ཅུ་
དང་། ཟླ་བ་རེ་བ་ཞག་སུམ་ཅུ་རེ་གཏན་འཁེལ་བྱས་ཡོད་པ་རེད། རྒྱ་བོད་གཉིས་
ཟླ་ལྷག་བཅི་སྤངས་མི་འདྲ་བས་སྐབས་འགར་ལོ་སར་མཉམ་པོ་དང་། སྐབས་
འགར་ཐ་དད་རུ་ཡོང་བ་ཞིག་རེད། རྒྱ་ཡུགས་ཟླ་ལྷག་ངེ་ལྟར་བཏོན་པ་གསལ་པོ་
མི་ཤེས། བོད་ཡུགས་ཟླ་ལྷག་བཏོན་སྤངས་དེ་རུས་འཁོར་སྐར་ཅིས་བོད་རུ་མ་
འགྱུར་བའི་གོང་རུ། བོད་བཅན་པོའི་སྐབས་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་ཡིག་ཚང་རུ་འཁོད་པ་
ལྟར་ན་བོན་ཡུགས་འབྱུང་ཅིས་ལྟར་བཟོས་པའི་ལོ་ཐོ་ནམས་སུ་གཏུག་པ་ཅན་གྱི་
ལོ་དག་ལ། །གཏུག་པ་ཅན་གྱི་ཟླ་བ་གཤོལ། ཞེས་ལོ་བསྐྱར་བཅུ་གཉིས་ལས་སྤྱག་
སྤེལ་པག་སྤེལ་བཞི་པོ་གནམ་ལོ་ཤར་ཆོ་རང་ལོའི་ཟླ་བ་དེ་གཤོལ་ཟླ་བཅིས་པ་ལོ་
དེར་ཟླ་བ་བཅུ་གསུམ་ཡོད། དེ་རྗེས་སྤྱི་ལོའི་རུས་རབས་བཅུ་གཉིས་པའི་ནང་
ཅམ་ལ་རུས་འཁོར་སྐར་ཅིས་དང་གནམ་པོའི་འབྱུང་ཅིས་ཟུང་འབྲེལ་གྱི་ལོ་ཐོ་
གསར་པ་བཟོས། བོད་ཡུགས་ཟླ་བ་ཆེ་བ་ལ་ཞག་སུམ་ཅུ་དང་། རྒྱུད་བ་ལས་ཞག་

ཉེར་དགུ་ལས་མེད་སྟབས་ལོ་གཅིག་ལ་ཞིག་པོ་སྟུམ་བརྒྱ་དང་ལྷ་ལས་མ་འདས་
 བས་གོ་ལས་ཉི་མ་ལ་འཁོར་བ་ད་རྒྱུ་ཞིག་བརྒྱུའམ་བརྒྱ་གཅིག་ཅུ་ཡོད་སྟབས།
 ལོ་གསུམ་རེའི་ནང་དུ་ཟླ་ལྷག་རེ་འདོན་དགོས་པ་རེད། ཟླ་ལྷག་བཏོན་སྟངས་ནི་
 ཟླ་དག་གི་ལྷག་མ་བརྟག་གཞི་བརྒྱུད་བས་ཟླ་རེ་ཐོབ་ཅོར་རེ་འཕར་ཞིང་། གཉིས་
 འཕར་བྱུང་ན་ཟླ་གསེལ་ཡིན། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། ཟླ་དག་གི་ལྷག་མ་རེ་གསུམ་
 དང་། རེ་བཞི་གང་རྒྱུད་བྱུང་བའི་རྗེས་སུ་ཟླ་ལྷག་བཏོན་དགོས། ལྷགས་སྟོལ་འདི་
 བོ་དུས་འཁོར་སྐར་ཅིས་བོད་དུ་བརྒྱུར་བའི་རྗེས་སུ་ཕལ་ཆེར་ཨྱི་ལོའི་དུས་རབས་
 བརྒྱ་བཞི་པའི་ནང་དུ་ཀམ་པ་རང་བྱུང་དོ་རྗེ་དང་། གཡུང་སྟོན་དོ་རྗེ་དཔལ། ལུ་
 སྟོན་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་རྣམས་ཀྱིས་དུས་འཁོར་ལྷགས་ཀྱི་གནམ་ས་གོ་ལའི་ཨྱི་
 འགྲོས་རྣམས་ཨང་ཅིས་ཀྱིས་གཏན་ལ་ཕབ་པའི་ལོ་ཐོ་འདི་གསར་དུ་བཟོས། གོ་
 ལའི་འགྲོས་ལྟར་ཞིབ་པ་ཨང་ཅིས་ཀྱིས་གཏན་ལ་ཕབ་པའི་ཟླ་བཤོལ་བཏོན་པ་ནི་
 ད་ལྟའི་བར་དུ་མ་ཉམས་པར་གནས་ཡོད་པ་ཞིག་རེད། རྒྱ་བོད་གཉིས་ལོ་སར་
 དུས་ཆོད་མི་གཅིག་པ་དེ་གནའ་སྤུ་མོ་ནས་ཡོད་པ་ཞིག་ཟེ། སྐར་ཅིས་ཉེར་མཁོ་
 བུམ་བཟང་ལས། བྱི་སྟོང་ཕྱེད་བཅོན་སྐབས་སུ་ཐང་རྒྱལ་ཁབ་དང་དམག་དུས་
 བུས་པ་ལ་ལོ་སར་སྐབས་སུ་དམག་དྲངས་པ་ལ་རྒྱ་ལས་ཟླ་བ་གཅིག་སྟེ་བ་བྱུང་བས་
 བོད་དམག་ལ་རྒྱལ་ཁ་ཐོབ། ཟླ་བ་དེ་ལ་བོད་པ་ཁ་དྲོའི་ཟླ་བ་ཟེར་སྟོལ་ཞིག་བྱུང་
 ཡོད་གསུངས། སྐབས་འགར་དུས་ཆོད་གཅིག་པའང་བྱུང་ཡོད་པ་ཉེར་མཁོ་བུམ་
 བཟང་ལས། འགྲོ་མཁོན་ཆོས་འཕགས་ཉོར་ཡུལ་དུ་བཞུགས་སྐབས་ཉོར་བོད་ལོ་
 སར་དུས་གཅིག་བྱུང་བ་ལ་བརྟེན་ནས་ཕྱིས་སུ་བོད་ཟླ་ལའང་ཉོར་ཟླ་ཞེས་འབོད་
 སྟོལ་འདི་བྱུང་གསུངས། ཨྱི་བཏང་ལོ་སར་ཟེར་བ་འདི་དུས་ཆེན་ཞིག་ཡིན་སྟབས་
 མི་རིགས་སོ་སོའི་རིག་གནས་མཆོན་བྱེད་ཅིག་རེད། དུས་ཆེན་ཟེར་བ་འདི་མི་
 རིགས་སོ་སོའི་རིག་གནས་གཅིག་གྱུར་དང་། འདུ་ཤེས་གཅིག་གྱུར་འཛིན་སའི་
 མང་གཞི་ཞིག་རེད། དཔེར་ན། ཡེ་ཤུའི་ཆོས་ལྷགས་པའི་རིག་གནས་རྒྱན་འཛིན་
 བྱེད་མཁན་རྣམས་ཡུལ་གྱ་གང་དུ་གནས་གྱུར་དུས་ཆོད་གཅིག་གི་ཐོག་དུ་གཅིག་

གུར་གྱི་ཡེ་ཤུའི་རུས་ཆེན་དང་། ལོ་སར་གཏོང་སྟོལ་ཡོད་དེ། ལ་རི་དང་ཡོ་རོབ་
སོགས་སུ་དགུན་རུས་སྒྲིབ་དང་པོ་ལོ་སར་སྐབས་སུ། ལོ་སི་བྲུ་ལི་ཡ་དང་། བེའུ་
ཇི་ལོན་སོགས་སུ་དབྱར་ཁ་ཡིན་ཡང་ཁོ་ཚོས་ལོ་སར་ཉིན་གཅིག་ལ་གཏོང་སྟོལ་
ཡོད་པ་ལས། ང་ཚོ་དབྱར་ཁ་ཡིན་སྐབས་ལོ་སར་གཏོང་བའི་མིན་ཟེར་མཁན་
ཡོད་མ་རེད། ཐོད་ལ་སྒྲིབ་པ་ཟུ་པ་ཟེར་ན་འདྲ། སྒྲིབ་པ་ཟུ་ལོག་ཟེར་ན་འདྲ་ཡོན་
ཏན་མེད་པ། རང་འདོད་ཆེ་བའི་སྒྲིབ་པ་ཁག་གཅིག་གིས་ཚོས་ལུགས་ཀྱི་ཁེ་ཕན་དེ།
ཐོད་མི་རིགས་ཀྱི་ཁེ་ཕན་ལས་གལ་ཆེ་བ་ཞིག་བཙུགས་ཏེ། ཐོད་ཀྱི་ཐུན་མོང་གི་རིག་
གནས་ལ་གཏོར་བཤིགས་བྱས་དང་བྱེད་བཞིན་པ་རེད། དེའི་རྒྱུ་གྱིས་ད་ལྟ་མདོ་
སྤྱད་སྟོགས་དང་དབྱས་གཙང་སྟོགས་གཉིས་ལོ་སར་མི་འདྲ་བ་ཁག་གཉིས་ཆགས་
ཆར་པ་རེད། སྒྲིབ་པ་རྒྱལ་སྤྱིའི་རང་ལུགས་སྤྱི་བཟོན་གཏོང་བའི་ཆེད་དུ་རང་
འདོད་ཀྱི་རྒྱུན་གཏམ་མང་པོ་ཞིག་བཤད་ནས་ཐོད་ཀྱི་ཞིང་འབྲོག་མི་དམངས་
རྒྱལ་མཐོ་མོ་ཚོངས་པ་བྱེད་དེ་ཁོ་ཚོའི་རྒྱུ་ཁྲིད་པ་རེད། དཔེར་ན། ཉེ་ཆར་
སྤོང་ཡོན་ཏན་ཟེར་བའི་སྒྲིབ་འབྲུམ་ཞིག་གིས་ཐོད་རྒྱལ་མཐོ་མོ་ཐོན་གྱི་རྩིས་རིག་མྱེར་
ལུད་བྱ་བའི་ཆེད་དུ། ཐོད་ལ་རྩིས་ཡོད་མ་རེད། ལྷ་ས་བས་རྒྱ་གར་གྱི་རྩིས་ལུགས་
དང་ལ་མདོ་བས་རྒྱ་ནག་གི་རྩིས་ལུགས་ལག་བསྟར་བྱས་པ་རེད། ཅིས་དང་།
ཡང་། ལ་མདོའི་གྲུ་ལོག་སྒོ་བཟང་ཐོང་ཇི་ཟེར་བ་ཞིག་ད་ལྟ་སྤྱི་རྒྱལ་པ་རན་སའི་
རྒྱལ་ཁབ་ནང་དུ་སྤྱད་མཁན་ཞིག་གིས་དེ་བས་ཀྱང་རང་འདོད་ཀྱི་རྒྱུན་གཏམ་
ཞིག་བཤད་པ་ནི། ལྷ་ས་དང་ཟི་ལིང་གཉིས་ས་གཤིས་དང་ཁོར་ལུག་མི་འདྲ་བའི་
དབང་གིས་གནམ་གཤིས་དྲོ་གང་མི་འདྲ་བས་ལོ་སར་བའི་རུས་མི་འདྲ་བ་རེད་
ཅིས་བཤད་འདུག །མིའི་ལུས་སྤྱི་རྒྱལ་གྱི་ས་ཆ་ལ་བསྐྱེད། མདོ་སྤྱད་པ་ཐོད་ཀྱི་
དགོན་ལུག་ཞིག་དུ་ལུས་པའི་མིའི་སྤྱད་པ་རྩ་མ་ཆང་བ་འདི་ནི་གྲུ་ལོག་ཚོའི་ཐུན་
མོང་གི་མཆོན་ཉིད་ཅིག་རེད། ངས་གོང་དུ་ཞུས་པ་ལྟར། མི་རིགས་ཐུན་མོང་གི་
བསམ་སྒྲུབ་རིག་གནས་མཆོན་བྱེད་ཀྱི་རུས་ཆེན་ལ་གཅིག་མ་གཏོགས་གཉིས་མེད་
པ་ཡོབ་རོབ་དང་། ལོ་སི་བྲུ་ལི་ཡའི་ལོ་སར་རུས་ཆེན་གཅིག་མཐུན་ཡིན་པ་ལྟ་བུ་
རེད། མདོར་བསྟུས་ན་ཚོས་ལུགས་ཀྱི་བ་མཐའི་ཞེན་གོག་གི་ཆེད་དུ་ཐོད་ཀྱི་

དམངས་སྲོལ་རིག་གནས་གཏོར་བཤེགས་བྱེད་མཁན་དེ་ས་གནས་སོ་སོའི་སླ་མ་
ནམས་ཡིན་པ་ཤེས་དགོས། རྒྱ་སྐད་གནམ་ལོ་གསར་པའི་ཤིས་ཚོག

དམར་ཡག་སྐད་གི་མཆེར་སྒྲེར་ནགས་ནས་རོམས། །
སེར་གེ་དཀར་མོས་གཡུལ་རལ་གངས་ནས་བསིགས། །
མཁའ་སྤྲོད་བྱུང་གི་གཤོག་ཅལ་རྒྱུད་གིས་བསྐྱོད། །
གཡུ་འབྲུག་སྒོན་མོས་སྤང་ནའི་རྒྱལ་མཆོན་སྤྲོས། །

གངས་རིའི་སྤྲོད་ས་སྤྱ་སྤྱོད་འཕྱོར་རིག་གསུམ་རྒྱས། །
གདོང་དམར་བོད་ལ་བདེ་སྤྱོད་དཔལ་ཡོན་རྒྱས། །
གཞོན་ནུའི་ཚོགས་ལ་ཆོན་རིག་སྤྲོད་སྤྲོབས་རྒྱས། །
གནམ་ལོ་གསར་པར་རང་དབང་མཐུན་ལམ་རྒྱས། །

རྒྱ་སྐད་གནམ་ལོའི་མཐུན་ལམ་མཁའ་ལྷར་ཡངས། །
ཤིང་སྐད་ཟླ་བར་དབྱིད་ཀྱི་དཔལ་ཡོན་འཆར། །
མེ་སྐད་ཉི་མར་བཟའ་བདུང་ཆར་ལྷར་འབབ། །
སོ་རངས་སྐད་ལ་བོད་འབངས་གཉིད་ལས་སྤོང་། །

གོ་ལའི་ཁྱོན་གྱི་བྱ་འབྲེལ་གྲོགས་མཆོག་དང་། །
གངས་ཅན་བོད་ཀྱི་ཕུ་ཅུ་མིང་སྤྲོད་ནམས། །
མེས་པོའི་སྲོལ་རྒྱན་བོད་ཀྱི་ལོ་གསར་ལ། །
ཆོ་བསོད་དབང་ཐང་རྒྱས་པའི་སྤོན་འདུན་བྱ། །

ཞེས་པ་ཤར་དཔལ་སྤངས་པའི་སྐད་ངག་སྤྲོ་བའི་རྒྱལ་ཁམས་པ་ཐུབ་བསྐྱན་ཕུན་ཚོགས་དེས།
ཁྱེད་ཏུ་ནས།

དེང་རུས་ཚོས་ཡོག་པས་འདོན་སྐྱོན་བཅས་ཅད་ནི་
གཞན་གཞོན་ཆེད་ཏུ་ཡིན།

2022.3.12

མིག་སྒར་གྱི་གནས་ཚུལ་དང་བརྟུན་ནས་བཤད་དགོས་པ་ཞིག་ནི་ཚོས་པ་ཡིན་
 ཟེར་བའི་སྒྲ་མ་དང་། སྤགས་པ་ཡིན་ཟེར་མཁན་འདི་དག་གི་བསམ་སྦྱོར་ལ་ང་
 ཚོས་ཞིབ་འཇུག་བྱ་དགོས་པ་ཞིག་རེད། ཡོ་རྒྱས་ཐོག་ཨེ་ཤའི་ཡའི་ཡུལ་འདིར་
 སྤྱགས་མཐའ་དག་ལ་དཔུང་འཇུག་དང་། དབང་བརྒྱར་བྱེད་ཐུབ་པའི་ཐུ་བོད་
 བཅན་པོའི་རྒྱལ་ཁབ་དེ་ཅ་མེད་བཟོ་མཁན་དེ་ཕྱི་དགྲ་མ་རེད། རང་ཁྱལ་གྱི་
 ཚོས་པ་ལྟ་ལུང་དཔལ་གྱི་རྩོམ་སྒྲིག་ བོད་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་བསད་པས་བོད་ཁམས་སེལ་
 བྱར་འཁོར་བའི་རྒྱུ་བྱས་པ་རེད། དེས་ན་གནའ་ནས་ད་བར་ཚོས་ཁ་ལ་བྱིར་
 རས་བོད་ཀྱི་སྤྱི་ཚོགས་ལ་གཞོན་པ་བྱེད་མཁན་གཙོ་བོ་དེ་སྤྱི་ཡོག་འདི་དག་ཡིན་
 པ་ཤེས་དགོས། བྱིང་རང་ཚོ་ཡི་གེ་ཤེས་མིན་དང་། ཡོན་ཏན་ཆེ་ཆུང་གི་བྱང་
 མེད་པ་མི་ཚང་མས་བསམ་སྒྲོ་ཞིག་གཏོང་བའི་རུས་ལ་སླེབས་འཇུག་སྟུམ། མི་
 ཚང་མ་ལ་ལྟ་དཔེ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་མཉམ་རེད། ཚོས་པའི་བསམ་ནག་གི་དཔེར།
 དང་པོ། རང་ཚོས་ཀྱི་ཅ་བའི་སྤྱིང་པོ་དེ་བྱམས་པ་དང་། སྤྱིང་ཆེ། གཞན་ཕན་
 གྱི་ལས་རེད། དེང་རུས་སྤྱི་མ་རྒྱལ་ལ་དེ་དག་ཡོད་མེད་བཟླ་དགོས། དཔེར་
 བ། སྦྱོང་འཇུག་གི་ནང་དུ། བདག་གཞན་མཉམ་པ་བསྐྱོན་པ་དང་། བདག་བས་
 གཞན་བརྗེ་བ་བསྐྱོན་པ། བདག་བས་གཞན་གཅིས་བསྐྱོན་པ་བཅས་རིམ་པ་མི་
 འདྲ་བ་གསུམ་གྱི་སྒྲོ་ནས་གཞན་ཕན་གྱི་བསམ་སྒྲོ་དང་། བྱ་སྦྱོང་གཏན་འབེབས་
 བྱས་ཡོད་པ་རེད། རུས་རྒྱན་སྤྱི་བོ་པོ་མོ་རྒྱལ་སྤྱིས་ཀྱང་སྤྱབས་འགོ་འདོན་སྤྱབས།
 མཇུག་གྱི་ནམ་མཁའི་གནས་སུ་སྤྱབས་ཡུལ་དཀོན་མཆོག་གསུམ་པོ་སྤྱི་མ་ཡི་དམ་
 མཁའ་འགོ་ཚོས་སྦྱོང་རྒྱལ་སྤྱི་བསྐྱོན་སྤྱོད་ དེའི་མཇུག་དུ་རང་གིས་ལུས་ངག་ཡིད་
 གསུམ་གསུམ་པའི་སྒྲོ་ནས་གཡས་སུ་ཅ་བའི་པ་དང་། གཡོན་དུ་ཅ་བའི་མ། མཇུག་

དུ་སྤང་བ་བྱེད་པའི་དགུ། རྒྱལ་དུ་གནོད་པ་བྱེད་པའི་བགེགས། དེའི་ལམ་དུ་
 རིགས་རྒྱལ་གྱི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་བསྐྱོར་ནས་སྐྱབས་ལུལ་དེ་དག་ལ་
 ལྷན་ཅིག་དུ་གསོལ་བ་འདེབས་པའི་དམིགས་པ་བྱེད་དགོས་པ་ནི་གོང་གསལ་གྱི་
 རྣམ་རྒྱུ་ལོ་མོ་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་ཤེས་པ་ཞིག་རེད། དག་གོགས་ཀྱི་དབྱེ་བ་མེད་པ་
 དགོན་མཆོག་གསུམ་གྱི་མདུན་ནས་གསོལ་བ་བཏབས་པའི་ཐུགས་རྗེ་དང་བྱིན་
 རྒྱལ་གང་ཡོད་པ་དེ་ཕ་མ་དང་། དག་གཉིན་ཐམས་ཅད་ཁྱད་པར་མེད་པ་ཐུམ་
 གཅིག་སངས་རྒྱལ་པའི་རྒྱ་རྒྱ་བསྐྱོར་བ་བྱེད་པ་ནི་ནང་ཆོས་ཀྱི་ཆ་བའི་དགོངས་དོན་
 རེད། ཀུན་བཟང་སྤྱི་མའི་ཞལ་ལུང་ལས། དེ་ལྟར་སྐྱབས་སུ་འགོ་བའི་ཆོ་རང་གི་ཕ་
 མ་གཡས་གཡོན་དུ་བསྐྱོམ་ཞིང་དག་བགེགས་གཉིས་མདུན་དུ་བསྐྱོམ་སྟེ། ཕ་མ་
 ལས་ཀྱང་དག་བགེགས་གཡ་ཆེ་བར་བསྐྱོམ་དགོས་པའི་རྒྱ་མཆོན་ཅི་ཡིན་སྟུམ་ན།
 རང་རེ་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་སྐྱོར་ཞུགས་པའི་གང་ཟག་ནམས་ནི། མཐའ་ལས་པའི་
 སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་བྱམས་སྤིང་རྗེ་བྱང་རྒྱལ་གྱི་སེམས་སྟོམས་པར་བསྐྱོམ་
 དགོས་ཤིང་། ཁྱད་པར་བསོད་ནམས་ཀྱི་ཆོགས་རྒྱ་ཆེན་པོ་རྣམས་ཤིང་དགེ་བའི་
 ཆ་བ་གང་བསགས་ཐམས་ཅད་རྒྱུད་མི་བཟུང་བའི་ཆེད་དུ་བཟོད་པ་བསྐྱོམ་པ་གཙོ་
 བོར་བྱ་དགོས་ལ། བཟོད་པ་དེ་ཡང་། ཞེ་སྤང་སྐྱེ་ལུལ་མེད་ན་བཟོད་པ་སུ་ལ་
 བསྐྱོམ། ཟེར་བ་ལྟར་དག་བགེགས་གཉིས་ཀྱིས་གནོད་པ་བྱས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་
 བཟོད་པའི་དཀའ་ཐུབ་སྐྱེ་བ་ཡིན་པ་དང་། ལེགས་པར་བརྟགས་ན་ཆོས་ཐོགས་
 རྣམ་ཕ་མ་ལས་ཀྱང་དག་བགེགས་གཉིས་དྲིན་དུ་ཆེ་བ་ཡིན། ཞེས་དང་། དེ་བཞིན་
 དུ། ཤངས་ཆོས་སྟོན་ལམ་ལས། སེམས་ཅན་གཅིག་གི་ཕྱིར་ཡང་བསྐྱལ་བརྒྱ་
 རུ། །བདག་ལུས་བྱེ་བ་གཏུབ་ཀྱང་བཟོད་པ་ཤོག །ཅེས་སེམས་ཅན་གྱི་སྐྱུག་བསྐྱལ་
 རང་གི་ལུས་ལ་ལེན་ཅུས་པའི་སྟོན་ལམ་འདེབས་ཤིང་ཡོད་པ་རེད། འོན་ཀྱང་ད་
 ལྟའི་སྤྱི་མ་རྣམས་ལ་དེ་ལྟར་ལག་ལེན་བྱེད་མཁན་ལྟ་ཅི་བསམ་སྟོ་གཏོང་མཁན་
 ཅུ་ཡང་ཉ་ལམ་མེད་པ་ཞིག་ཡིན་པ་མ་ཟད། དེ་ལས་སྟུག་པ་གང་ཞིག་འདོན་
 པ་ནི་བདག་ལ་མི་འདོད་པའི་སྐྱེ་བོ་དེ་དག་སྤང་ཅིག་གིས་ཤི་བའི་སྟོན་ལམ་རྒྱུ་བ་
 ཞིང་ཡོད་པའི་སྐྱོར་དུ་བའི་ཐོག་དུ་དབྱར་གྱི་ཆར་རྒྱ་ལྟར་འབབ་ཞིང་ཡོད་པ་འདི་

དག་རེད། དཔེར་ན། འཕྲོག་སྐད་རྒྱུ་མཁན་གྱི་སྤྲོ་མཁན་པ་གཉིས་ཀྱི་སྐད་འཕྲིན་
 བྱང་ཏུ་བཤོ་སྒྲིབ་བྱས་པའི་སྐྱོར་སྐད་འཕྲིན་དུ་བའི་ཐོག་ཏུ་བཏང་བ་ཞིག་ལས།
 ངས་དུས་རྒྱུན་དུ་གསོལ་འདེབས་འཕྲིན་བཅོལ་གང་འདོན་ཡང་། ང་ཚོ་སྤྲོ་མཁན་པ་
 དང་སྤྲོ་མཁན་མ་ཚུམས་ལ་སྤྲོ་པ་འདེབས་མཁན། ང་ཚོ་ལ་མ་གུས་པ་བྱེད་མཁན་
 དེ་དག་ས་འོག་ས་སྒྲིབ་ས་སྒྲིབ་པ་གསུམ་གང་དུ་གནས་ཀྱང་སྐད་ཅིག་རང་
 དབང་མེད་པ་དེ་དག་གིས་སྒྲ་སྒྲིག་ཆོད་ཅིག་ཟེར་ཞིང་ངག་ནས་འདོན། སེམས་
 ལ་དམིགས་པ་བྱེད་ཅིང་ཡོད། དེ་བཞིན་དུ་འགྲུབ་ཐུབ་པའི་རེ་བ་དང་སྒྲོན་ཡང་
 ཡོད་ཟེར། སྐད་འཕྲིན་འདི་ཐོས་པ་དང་ང་རང་ཉ་ལས་བྱུང་། བྱང་པ་སངས་རྒྱས་
 པ་ཡིན་ཟེར་ནས་གྲུ་ཆས་དང་སྤྲོ་མཁན་ཆས་ཀྱིན། ལག་ཏུ་སྒྲིབ་བ་ཞིག་བཟུང་། ཁ་
 བྱས་མ་རེ་ཟུར་རེ་ཞིག་འདོན་མཁན་འདི་ཚོ་འདི་བསམ་པ་ནི་བདུན་ནག་པོ་ལས་
 ཀྱང་ངན་པ་ཞིག་རེད། ཐོད་ཡུལ་འདིར་འཕྱི་མཁན་དང་། ཤན་པ་སྤྱི་ཕྱག་ཟེར་
 བྱས་སྒྲིག་མང་པོ་གཅོད་མཁན་ལ་མཐོང་རྒྱུ་བྱེད་སྒྲིལ་ཡོད་ཀྱང་ཁོ་ཚོ་ལ་བསམ་
 པ་ངན་པ་འདི་ལྟ་བུ་ཡོད་མ་རེད། ཁོ་ཚོས་རང་གི་སྒྲ་རྒྱུ་ཀྱི་ཆོད་དུ་སྒྲིབ་རྒྱུ་འདི་སྒྲ་
 བྱས་སེམས་ཅན་གྱི་སྒྲིག་བཅད་པ་དང་། སྒྲ་མ་དང་སྤྲོ་མཁན་པ་ཡིན་ཟེར་མཁན་
 འདི་དག་གིས་ཞེ་སྤང་སྒྲོ་ནས་གང་ཟག་གསོད་འདོད་ཀྱི་བསམ་སྒྲོ་གཉིས་སྤྱི་
 སྒྲིབ་དང་ནམ་སྒྲིན་སྒྲ་ལོག་ནམས་པ་ཆེ་བ་བཤད་མ་དགོས་པ་རེད། དུས་རྒྱུས་ང་
 རང་ཚོ་གཟབ་དགོས་པ་ཞིག་ནི། གཟན་ཤམ་ཡ་མ་བྱུང་ཞིག་གྱིན། མགོ་ལ་སྒྲ་
 ཅོག་འདྲ་པོ་ཞིག་བཞག་ནས་འགྲོ་མཁན་འདི་དག་འཕྱི་མཁན་དང་། ཤན་པ་ལས་
 བསམ་པ་ངན་པ་དང་། བཅོག་གི་བ་ཆེ་བ་ཞིག་ཡིན་པ་ངོས་འཛིན་དགོས།

དཔེར་གཉིས་པ། ཡང་སྒྲ་སྒྲིམ་ཞིག་དུ་སྒྲ་མ་དང་སྤྲོ་མཁན་པ་གང་ཡིན་མི་ཤེས།
 རྒྱན་པོ་ཞིག་དང་པོ་སར་ལོ་གཞོན་ཞིག་གཉིས་སྐད་འཕྲིན་བྱང་ཏུ་འགྲུག་པ་བྱས་
 པ་ཞིག་ལས། རྒྱན་པོ་དེས་ཟེར་བ། བྱོད་ཀྱིས་ང་ཚོ་འདི་ཚོས་ཚོགས་དང་སྒྲ་མ་ལ་
 བསྐྱར་པ་བཏབས་ནས་ངས་བྱོད་གསལ་བཤི་ཡིན། སྒྲ་མ་ཚུལ་ཁྲིམས་སྒྲོ་གོས་ཀྱིས་
 གཡག་མང་པོ་ཆེ་ཐར་གཏོང་བཞིན་ཡོད་རེད། ངས་བྱོད་བསལ་ན་བྱོད་རང་ངན་
 སོང་དུ་མི་འགྲོ་བ་ལ་ཕན་པ་ཡོད་རེད་ཟེར་བཤད་འདུག །ཚོས་ཕྱགས་པ་འདི་

ཆོས་གང་འདོན་པ་དེ་དག་གི་དམིགས་ཡུལ་རང་ཉིད་མི་འདོད་པའི་མི་རྣམས་ན་
 ཚ་གོད་རྒྱུ་ཡོང་བའི་ཆེད་དུ་འདོན་པ་ཞིག་རེད་འདུག །ཡིན་ནའང་ཁོ་ཆོས་གང་
 ཞིག་འདོན་པ་དེས་ང་ཆོ་ལ་གནོད་པ་གང་ཡང་བྱེད་ཐུབ་རྒྱུ་མ་རེད། བསམ་པ་
 ངན་པའི་འབྲས་བུ་ལ་མི་དགེ་བ་ཞིག་ཡོད་ན་འདོན་མཁན་ཁོ་རང་ཆོ་དམུལ་བར་
 སྦྱོ་བའི་རྒྱ་རེད། འདི་ནི་བསམ་ངན་ཅན་རེད་མ་གཏོགས་གནོད་པ་གང་ཡང་བྱེད་
 མི་ཐུབ་པ་ནི་མདོན་ཐུག་ཆོད་མས་ཤིས་ཐུབ།

དཔེར་གསུམ་པ། ཡང་། རྣ་ལོར་ཉེར་དགའི་དགུ་ཐུག་འབོར་སྐབས། ཁམས་པ་
 དབུས་སྐད་རྒྱུ་མཁན་ཞིག་གིས་དགུ་ཐུག་ནང་དུ་ཐུག་གཟུགས་ཤིག་བཅའ་ནས་
 ང་ལ་མཐུ་དང་། དམོད་པོར་ཡང་ང་ལ་ད་ལྟའི་བར་དུ་སོ་ནད་ཅན་བསྐྱེད་པའི་
 རུས་པ་ཐོན་མ་བུང་། འདོན་མཁན་ཁམས་པ་དབུས་སྐད་རྒྱུ་མཁན་དེ། རྩ་
 གྲགས་འགའ་ཞིག་གིས་བཤད་པ་ལྟར་ན། མི་དེ་པལ་ཆེར་གསེར་རྩ་ལ་སློབ་སྦྱོང་
 འགོ་སྤྱོད་མཁན་གྱི་སྦྱོ་དགུ་མདོའི་བཀའ་བརྒྱུད་པའི་གྲ་པ་ཞིག་གི་སྐད་འདྲ་པོ་
 འདུག་ཟེར། ཁོས་དབུས་སྐད་ཐོག་དུ་ལྟ་ལོག་དམ་ཉམས་ཐུབ་བཞུན་ཐུན་ཆོགས་
 ཟེར་ཞིག་ཐོག་མ་ངའི་མིང་ནས་འབོད་ཅིང་། དེ་ནས་སྤྱོད་སྐལ་བཟང་། མ་
 དུག་ལྟེ། བོང་ཇི་རྣམས་མཐའི་རྒྱ་མཚོ་པ་རིར་བཟངས་ཤིང་རྒྱ་མཚོའི་བྱེ་མ་དོ་རྩ་
 མ་འགྱུར་བའི་བར་དུ་ཚུར་ལོག་རྒྱ་མེད་པར་ཤོག་ཅེས་སློན་ལམ་བརྒྱབ་འདུག་པ་
 དེས་ཡུལ་དང་ཆོས་སྡེ་གང་ཡིན་གསལ་པོ་བྱས་པ་རེད། སྤྱོད་སྐལ་བཟང་
 དང་། མ་དུག་ལྟེ། བོང་ཇི་རྣམས་ཀྱིས་ས་དགེ་བཀའ་རྒྱིང་གང་ལའང་དགག་པ་
 ཡོད་མ་རེད། རྒྱིང་མ་སྦྱི་ལའང་དགག་པ་ཡོད་མ་རེད། ཁོ་ཆོའི་དགག་བྱ་གསེར་
 རྩའི་སྤྱོད་སྐལ་ཆོས་སྐར་རེད། དབུས་གཙང་སྐད་ཐོག་འབྲབ་སློན་བྱས་ནའང་བཟོད་
 བྱའི་དོན་གྱིས་ཁྱོད་རང་སྤྱོད་ཡིན་པ་གསལ་པོར་སློན་ཡོད་པ་རེད། །

མཁའ་མཁའ་ཆེ་བའ་དག་ཡིག་གཏོར་བཞགས་བྱེད།

2022.3.23

༡ མི་རིགས་ཀྱི་སྐད་ཡིག་ཡར་རྒྱས་གཏོར་དགོས་ན་རྒྱས་རབས་དང་བསྐྱེད་པའི་བརྒྱ་ཐོག་རིག་པ་ཡར་རྒྱས་གཏང་དགོས། དེར་རྒྱས་བོད་ཡིག་ལས་ཀ་བྱེད་མཁན་ཁག་གཅིག་གིས་བོད་ཀྱི་བརྒྱ་ཐོག་ལ་གཏོར་བཞགས་བྱེད་པའི་ཚུལ་ཞིག་སྤར། རྒྱ་མཚན་གསུམ་གྱི་སྒྲོ་ནས་གནད་དོན་འདི་ལ་དབྱེད་ན། མི་རིགས་གང་ཞིག་ཡིན་ཡང་རང་གི་སྐད་ཡིག་བདེ་ཐང་གི་སྒྲོ་ནས་འཕེལ་རྒྱས་ཡོང་དགོས་ན་དེས་པར་རུ་བསྐྱེད་དང་། བརྒྱ་ཐོག་ནམས་རྒྱས་རབས་དང་བསྐྱེད་ཏེ་ལྷགས་བཅོས་གཏོར་དགོས་པ་ཞིག་རེད། དཔེར་ན། རྒྱའི་སྐད་ཡིག་ལ་མཚོན་ན་གནའ་བོའི་རྒྱ་ཡིག་རྒྱུ་ཡི་ལ་བརྒྱ་ཐོག་རིག་པའི་གཞུང་ལུགས་མེད། རྒྱུ་ཡིའི་རྒྱས་རབས་བཅུ་དགུ་པའི་ནང་རུ་ཡོ་རོབ་རུ་སློབ་སྦྱོང་འགོ་མཁན་རྒྱ་རིགས་དེ་ནམས་ཀྱི་འབད་བཅོན་ལ་བརྟེན་ནས་རྒྱའི་སྐད་ཡིག་ལ་ཞིབ་འཇུག་གི་འགོ་གསར་རུ་བཅུགས། རྒྱུ་ལུགས་སྒྲུལ་གཞི་ལྷན་པའི་རྒྱ་ཡིག་གི་བརྒྱ་ཐོག་རིག་པ་གསར་གཏོར་བྱས་པའི་ཐོག་མ་ནི་མ་སི་མེན་ཐུང་ཟེར་བ་དེ་རེད། རྒྱུ་ཡིའི་རྒྱས་རབས་བཅུ་དགུ་པའི་མཇུག་ཙམ་ནས་རྒྱའི་བརྒྱ་ཐོག་རིག་པ་གསར་བསྐྱེད་བྱས་པ་ནས་ད་བར་མི་ལོ་བརྒྱ་ལྷག་ཙམ་གྱི་རིང་ལ་རྒྱའི་སྐད་ཡིག་འཕེལ་རྒྱས་བྱུང་བས། ད་ལྟ་རྒྱ་སྐད་ཀྱི་བརྒྱ་ཐོག་རིག་པ་དེ་འཛམ་སྤྱིར་ཐུན་མོང་གི་བརྒྱ་ཐོག་རིག་པ་དང་གཞི་མཚུངས་ཆགས་ཡོད་པ་འདི་རེད། ང་ཚོ་བོད་ལ་མཚོན་ན་ཐུ་མི་སམ་སྟོ་པས་ལྷགས་སྦྱར་གྱི་བརྒྱ་ཐོག་རིག་པ་གཞི་བཞག་གི་ཐོག་རུ་བོད་ཀྱི་བརྒྱ་ཐོག་རིག་པ་གསར་གཏོར་གནང་ནས་ལོ་རྒྱུང་སྐད་ལྷག་ཙམ་སྤྱིན་ཡང་། རྒྱས་འགྱུར་གྱི་དབང་གིས་བརྒྱ་ཐོག་རིག་པའི་གཞུང་དག་ལས་སུམ་རྟགས་གཉིས་མ་གཏོགས་པ་གཞན་ནམས་བསྐྱེད་པ་གྲགས། ད་ལྟའི་ཆ་ལ་ནམ་དབྱེ་གཉིས་བཞི་བདུན་པའི་ཚུང་རྟག་ཙམ་ཡང་སེལ་མ་ཐུབ་པའི་རྗེས་ལུས་ཀྱི་ནམ་པ་འདི་གནས་པ་རེད། མིག་སྒྲར་མཁའ་

པ་ཡིན་ཟེར་བ་འདི་དག་གིས་ཡུལ་སྐད་ཉི་ཆེའི་འགྲོས་ལྟར་སྐད་དང་། བར་སྟོང་
ཐམས་ཅད་ཁ་འཐོར་འགྲོ་བའི་ཉེན་ཁ་ཞིག་མཐོང་། བོད་ཀྱི་བར་སྟོང་ཡར་རྒྱས་
དང་གཅིག་ཡུར་ཟེར་བ་དེ་ལས་སྒྲ་པོ་ཞིག་མ་རེད། ཐོག་མར་དེང་རབས་བར་
སྟོང་གཞུང་གི་ཆེད་སྟོང་ཐ་སྟད་མང་པོ་ཞིག་ཡོད་པ་འདི་དག་གི་རེ་རེ་བཞིན་
ངོས་འཛིན་དང་འགྲེལ་བཤད་དགོས་པ་ཞིག་རེད། བར་སྟོང་རིག་པའི་ཐ་སྟད་
སྟོར་གྱི་དཔེར་བཞིན་མདོར་བསྡུས་གཤམ་གྱི་རེའུ་ལྟར།

དེང་རབས་བར་སྟོང་ལུགས་ཀྱི་རྩོད་བྱེད་མིང་གི་རྣམ་གྲངས་དང་ཆ་ཤས།					
དབྱིན་སྐད།	བྱ་སྐད།	བོད་སྐད།	དབྱིན་སྐད།	བྱ་སྐད།	བོད་སྐད།
parts of speech	词类	བརྗོད་པའི་ ཆ་ཤས།	preposition	介词	ཆོག་ཕྱད།
noun	名词	མིང་རྒྱུང་།	conjunction	连词	ལྷག་བཅས།
verb	动词	ལས་ཆོག	auxiliary word	助词	ཆོག་གྲོགས།
auxiliary verb	助动词	བྱ་བའི་ཆོག་ཤོད			
adjective	形容词	བྱད་ཆོས་ཀྱི་མིང་།	Sentence elements	句子成分	ཆོག་གི་བྱ་བ་ཆ།
participle	区别词	དབྱེ་ཆོག	Subject	主语	བྱེད་པོ།
numeral	数词	གྲངས་ཆོག	predicate	谓语	བྱ་ལས།
classifier	量词	གཞལ་ཆོག	object	宾语	བྱ་ཡུལ།
adverb	副词	བྱ་བྱའི་བྱད་ཆོས་	Attribute	定语	གཏན་འབེབས་
pronoun	代词	མིང་གི་ཆབ་ཆོག	Adverbial	状语	རྣམ་པ་སྟོན་པ་
Sound words	声词	སྒྲ་ཆབ།	Complement	补语	རྟེན་སྟོན་ཆོག
nterjection	叹词	འཕོད་ཆོག	Headword	中心语	གཙོ་ཆོག
Function words	虚词	ཆོགས་གྲོགས།	Phrase	短语	གཏམ་དཔེ།

གོང་གསལ་གྱི་མིང་གི་དབྱེ་བ་འདི་དག་གསལ་པོ་བྱ་སྟེ། བྱད་གཞི་བརྗོད་པའི་
མིང་། བྱད་ཆོས་བརྗོད་པའི་མིང་། ལས་ཆོག་ལ་སོགས་པ་འདི་དག་དབྱེ་བ་དང་།
སྐད་རིགས་སོ་སོའི་ལུགས་ཀྱི་གོ་རིམ་རྣམས་ཁོང་དུ་རྒྱུད་པ་བྱས་རྗེས། དེང་རབས་

སྒྲིག་མཁུན་ནང་དུ་ཡིག་རིགས་ཕན་ཚུན་བསྐྱར་བའི་ལས་ཀ་དེ་བདེ་སྒྲིག་ངང་དུ་
 འབྲུབ་ཐུབ་པ་ཞིག་རེད། དེ་ལྟར་མ་ཤེས་ན་ཡིག་བསྐྱར་གྱི་ལས་གཞིའི་ཚེ་ག་འདི་
 དག་འབྲུབ་ཐབས་མེད་པ་ཞིག་རེད། ཐོད་ཀྱི་ཚོགས་མངོན་ལྷན་སྲུ་མིང་གི་དབྱེ་
 བ་འདི་དག་སྤེམ་ཐུབ་པས་སྐད་ཡིག་ཕན་ཚུན་སྐྱར་བྱེད་གྱི་འཕྲུལ་ཆས་ཚད་ལྡན་
 འབྲུབ་ཐབས་དཀའ། ངས་ཐོད་ཡིག་ཚོགས་གཏོར་རྒྱ་མཚོའི་ནང་དུ་མིང་གི་དབྱེ་བ་
 འདི་དག་དབྱེ་རྒྱའི་རེ་བ་ཡོད་ཀྱང་། ང་རང་གཅིག་ཕུ་ལ་འདིའི་རྣམ་པ་དང་།
 འཛོན་ཐང་། ཡོན་ཏན་ཐམས་ཀྱིས་མ་འདང་པ་ཞིག་ཡིན་པ་ཤེས་བྱུང་། ལས་
 གཞི་འདི་བསྐྱབ་དགོས་ན་ཐོད་ཡིག་སྤྲུལ་རྟགས་དག་གསུམ་ལ་ཐོགས་པ་མེད་
 པའི་མཁུན་པ་ཞིག་གཞི་བཞག་གི་ཐོག་དུ། དེང་རབས་བརྒྱ་ཕྱིད་རིག་པ་ལ་མཁུན་
 པ་ཕུ་ལ་དུ་བྱུང་བ་ཞིག་ཡོད་དགོས། ངས་ལས་གཞི་འདིའི་ཆ་ཤས་ཤིག་འབྲུབ་
 ཡོད་པ་ནི་ཐོད་ཀྱི་སྐད་ཡིག་ནང་གི་ལས་ཚོགས་ལྷན་འཛོན་པལ་ཆེར་ཡོངས་
 སྲུ་བྱུབ་ཡོད། དེའང་ཚོགས་ལྷན་ལྟར་བྱ་བསྟན་འཛོན་གྱིས་གཅིག་སྟོང་གཅིག་
 བརྒྱ་བདུན་ཅུ་ངོས་འཛོན་བྱས་ཡོད་པ་དང་། ངས་དེ་ཉིད་གཞི་བཞག་གི་ཐོག་དུ་
 གཅིག་སྟོང་བཞི་བརྒྱ་ལྷག་གཅིག་བྱུང་སོང་། དེ་ལས་གཞན་པ་མིང་རྒྱུད་དང་།
 དབྱེ་ཚོགས་། བྱངས་ཚོགས་ལ་སོགས་པའི་མིང་གི་དབྱེ་བ་འདི་དག་སོ་སོར་འབྱེད་
 པའི་རྣམ་པ་ནི་བདག་ལ་མེད། མ་འོངས་པར་ཐོད་ཀྱི་བརྒྱ་ཕྱིད་རིག་པ་ཡར་རྒྱས་
 གཏོང་འདོད་ཡོད་ན། དེང་རབས་བརྒྱ་ཕྱིད་རིག་པ་དང་། ཐོད་ཀྱི་སྤྲུལ་རྟགས་
 དག་གསུམ་དང་། མངོན་བཟོད། སྟན་ངག་སོགས་ལ་མཁུན་པ་ཁག་གཅིག་གིས་
 མཉམ་དུ་ལས་གཞི་འདི་བྱས་ན་ལེགས་པར་མཐོང་།

༩ མིག་སྒར་ཨ་མདོ་དང་ཁམས་ཚུགས་སུ་ཡིག་ལྟར་གསར་པ་མང་པོ་ཞིག་ཐོན་
 པའི་རྒྱ་མཚན་ལ་དབྱེད་ན། ཐོག་མར་དག་ཡིག་གི་གནས་ལུགས་མ་ཤེས་པ་དང་།
 རྟགས་འཇུག་གི་རིགས་འགྲོས་ཐལ་ཆེ་བ་གཉིས་ཀྱི་སྒྲིན་དུ་ངེས། དབྱུས་གཙང་
 ཚུགས་སུ་གོང་གསལ་གྱི་སྒྲིན་དེ་གཉིས་ལས་བྱུང་བའི་ཡིག་ལྟར་ད་བར་མ་མཐོང་།
 ཐོད་ཀྱི་གཏམ་དཔེ་ལ། ཕུག་པོ་བསྐྱད་མལ། ཚོན་པོ་བཤར་མལ་བཟེར་བ་ལྟར་
 གནའ་པོའི་སྤྱི་འབྱོར་རིག་གསུམ་གྱི་ཉེ་བ་ཡིན་སྟབས་དེང་གྱང་ཐོད་ཀྱི་སྐད་

ཡིག་གི་སྒྱིའི་འགོ་སྤངས་དེ་ཡང་དག་པ་ཞིག་གནས་ཡོད་པ་རེད། ཡ་མདོ་སྤྱི་གས་
ནས་ཡིག་ཅོར་མང་བའི་རྒྱ་རྒྱུན་དང་པོ་དེ། དག་ཡིག་གསར་བསྐྱིགས་ནང་དུ་
གང་འཆམས་གྱི་སྤར་གྱི་ཡིག་ཆང་དག་ན་མེད་པའི་འབྲི་སྤངས་གསར་པ་འགའ་
ཞིག་བེད་སྤྱོད་བྱས་ཡོད་པ་དང་། གཉིས་པ། རྟགས་འཇུག་ནང་དུ། མོ་ནི་འདས་
དང་གཞན་བསྐྱབ་ཐུབ་ཐུབ། ཞེས་པའི་ལུང་དེ་ལ་བརྟེན་ཐལ་ཆེ་བའི་རིགས་ལས་བྱུང་
བའི་ལས་ཆོག་ཅོར་བ་དེ་རེད། དཔེར་ན། མོ་ནི་འདས་དང་གཞན་བསྐྱབ་ཐུབ་ཐུབ།
ཟེར་བའི་ཆོག་དེ་ལ་བརྟེན་ནས་དུས་འདས་པའི་ལས་ཆོག་ཐམས་ཅད་ལ་སྟོན་
འཇུག་པོ་བ་ཡིག་ཡོད་པ་སེམས་པའི་ཅོར་འབྲུལ་དང་། གཞན་བསྐྱབ་ཐུབ་ཐུབ། ཞེས་
པའི་དོན་སྤང་མེད་དུ་དོར་ནས་ལས་ཆོག་ལས་བྱུབ་པའི་མིང་རྒྱུད་སྐབས་སུ་སྟོན་
འཇུག་པོ་ཡིག་དེ་ཉིད་དངོས་པོ་གཞན་ལ་འཇུག་པའི་དོན་མ་གོ་བས་བྱུང་བའི་
ཅོར་འབྲུལ་རེད། ཁོ་ཆོས་བཀའ་བསྟན་ལ་སོགས་སྟོན་གྱི་ཡིག་ཆང་རྟིང་པ་དེ་
དག་ལ་བརྟེན་མང་པོ་མ་བྱས་པའི་དབང་གིས་ལས་ཆོག་གིས་བྱུབ་པའི་མིང་
རྒྱུད་རྣམས་གྱི་བྱུབ་སྤངས་གྱི་ཆོས་ཉིད་མ་མཐོང་བས། དེར་དུས་ཡིག་ཆང་རྣམས་
སུ་ལས་ཆོག་ད་ལྟ་བུ་ལས་བྱུབ་པའི་མིང་རྒྱུད་འགའ་ཞིག་མཐོང་བའི་རྒྱུན་བྱས་ཏེ།
ཡོངས་གྲགས་སུ་བྱུར་པའི་མིང་རྒྱུད་རྒྱུད་བསྐྱགས་ཁང་ལ། རྒྱུད་སྟོན་ཁང་ཟེར་
ནས་དག་པ་མ་དག་པར་བཅོས་པའི་བྱ་ལས་ལྟ་བུ་རེད། སྤྱི་བཏང་ལས་ཆོག་ལས་
བྱུབ་པའི་མིང་རྒྱུད་གི་བྱུབ་ཚུལ་གྱི་གནས་ལུགས་དེ། མིང་རྒྱུད་ཐལ་ཆེ་དེ་ལས་
ཆོག་དུས་འདས་པས་བྱུབ་པ་ཞིག་རེད། གང་ཞེ་ན། བྱ་ཆོག་མ་འོངས་པ་དང་།
བྱེད་ཆོག་ད་ལྟ་བུ་གཉིས་གཅིག་ཏུ་འདུས་ནས་བྱུབ་པའི་བྱ་བ་དེ་ལ་འདས་པ་
རེད། དེས་ན་ལས་ཆོག་ལས་བྱུབ་པའི་མིང་རྒྱུད་ཐལ་ཆེར་དུས་འདས་པའི་ལས་
ཆོག་གིས་བྱུབ་པ་ཞིག་རེད། གཞན་ཡང་བྱ་བའི་ལུལ་གཙོ་སྟོན་གྱི་མིང་ཡིན་ན་
ལས་ཆོག་མ་འོངས་པས་བྱུབ་པ་དང་། བྱེད་པ་པོ་གཙོར་སྟོན་གྱི་མིང་ཡིན་ན་བྱེད་
ཆོག་ད་ལྟ་བུ་ལས་བྱུབ་པ་ཞིག་ཡིན་དགོས། བརྟེན་སྤྱོད་རིག་པའི་གཞུང་གི་སྤྱི་འགོས་
མི་ཤེས་པའི་མཁས་པར་གྲགས་པ་དེ་དག་གིས་གོང་གི་གནས་ལུགས་དང་། རྒྱ་
མཆན་འདི་དག་མ་ཤེས་པའི་དབང་གིས་སྤར་མེད་པའི་ཡིག་ཅོར་གསར་པ་ཞིག་

བཟོས་འདུག །

༡ བསྐྱེད་པའི་ཡིག་ཐོར་གྱི་བྱུང་ཁུངས་བཤད་པ། མོ་ནི་འདས་དང་གཞན་
 བསྐྱེད་པའི་ཞེས་པའི་རིག་པ་ལ་བརྟེན་ནས་འདས་པའི་དོན་སྟོན་པའི་ལས་ཚིག་
 ལ་བ་ཡིག་སྟོན་འདུག་དགོས་པ་སེམས་ཏེ། སྒར་མེད་པའི་ཡིག་སྟོར་འདི་དག་
 ཡིག་གསར་བསྐྱིགས་ནང་དུ་ཡོད་ཅིང་། དེར་དུ་སི་ཁྱོན་ཞིང་ཆེན་བོད་ཡིག་སྟོབ་
 གྱའི་དགོ་ཆུན་འགའ་ཞིག་ཀྱང་དེའི་རྩིས་སུ་འབྲང་མཁན་ཡོད་འདུག །རྟགས་
 འདུག་ནང་གི་ཆ་ཚིག་འདི་ནི་སྟོན་ཚིག་ཅིག་ཡིན་པ་ལས། རིགས་ལམ་གྱི་བྱུང་
 མཐའ་སྟོན་པ་ཞིག་མ་རེད། སྟོབས་དང་། སྐྱབས་གནས། སྐྱབས་ཆེན་ལྟ་བུ་ནི་
 དམིགས་བསལ་རང་རྒྱ་བྱུང་པའི་དག་ཡིག་ཅིག་རེད། སི་ཏུའི་འགྲེལ་ཆེན་དུ་བྱ་
 བྱེད་ཐ་དད་པའི་རྟུས་གསུམ་གྱི་ལས་ཚིག་དང་། ཐ་མི་དད་པའི་ལས་ཚིག་སལ་
 ཆེར་བྱིས་གནང་ཡོད་ཀྱང་བསྐྱེད་པའི་ཞེས་འདྲི་སྟོན་མི་འདུག་པ་དང་། དེ་བཞིན་
 ཏུ་དཔལ་སྟུལ་དང་། ཀོང་སྟུལ་གྱི་གསུང་ཐམས་ཅད་ནང་དུ་བསྐྱེད་པའི་
 ཡི་གེ་འདི་མ་མཐོང་། བོད་ཡིག་ནི་སྟོར་སྟོག་ཅན་གྱི་ཡི་གེ་ཞིག་ཡིན་སྟབས།
 བསྐྱེད་པའི་ཞེས་པ་འདི་སྟོར་དུ་བྱུང་ཀྱང་ནང་དོན་མེད་པའི་ཡི་གེ་ཞིག་རེད། སྟོ་
 ལོའི་རྟུས་རབས་བཅུ་གཉིས་པའི་ནང་དུ་ས་སྟུ་བསོད་ནམས་ཆེ་མོས་བྱིས་པ་བདེ་
 འདུག་ཅེས་པའི་དེ་བཅིག་བཙུམས་ཤིང་དེའི་ནང་དུ་དབྱངས་གསལ་གཉིས་པོ་
 སྟོར་བའི་ཡི་གེ་འདི་ལ་སྟུར་དུ་བྱུང་བའི་སྟུ་གདངས་ཀྱི་ཡི་གེ་གཅིག་གི་བརྒྱུད་
 སྟོང་བདུན་བརྒྱ་ཞེ་ལུ་ (18745) ཡོད་ཅིང་། དེ་ལས་བོད་སྐད་ལ་མཁོ་བའི་དོན་
 སྟོན་པའི་ཡི་གེ་སྟོང་ཕྲག་བརྒྱུད་ཀྱི་ནང་དུ་འདུས་ཞེས་གསུངས། དེ་ལ་བྱ་བཙུམས་
 མི་འདུག་པས་གལ་སྲིད་བྱ་འདི་བཟངས་ན་འདི་ལ་དབྱངས་བཞི་དང་། རྩིས་
 འདུག་བཅུ་སྟུར་ནས་ཡི་གེ་༥༥ ཡོད་པ་དེ་གོང་དུ་བཞུགས་ན། 18800 ཏག་ཏག་ཡོད།
 བོད་སྐད་ཀྱི་དག་ཡིག་ལ་ཡིག་འབྲུ་སྟོང་ཕྲག་བརྒྱུད་ཡོད་ཅིང་། དེ་ལས་གཞན་
 པའི་ཡིག་འབྲུ་གི་གཅིག་པོ་དེ་དག་ནི་ད་ལྟར་ནང་དོན་སྟོན་པའི་དག་ཡིག་མིན།
 དེས་ན་བསྐྱེད་པའི་ཞེས་པའི་ཡི་གེ་འདི་སྟོར་བསྐྱེད་བྱུང་བའི་ཡི་གེ་ཡིན་སྟབས་ཡིག་
 ཐོར་མིན་ཡང་། དོན་སྟོན་པའི་རྟུས་པ་མེད་སྟབས་དག་ཡིག་ནང་དུ་སྒར་བྱུང་མ་

ཚུང་བའི་ཡི་གེ་ཞིག་རེད། ད་ལྟ་བོད་ཀྱི་དག་ཡིག་ནང་རྒྱ་མ་སྤྱད་པའི་ཡི་གེ་བྲི་གཅིག་ཡོད་པ་དེ་དག་མ་འོངས་པར་དོན་གསར་པ་བྱུང་ན་དེ་དག་གི་དོན་བྱེད་རྒྱ་འབྲི་ཚོགས་པ་ཞིག་རེད། དཔེར་ན། གྲུང་དབྱང་གི་དབྱང་ལྟ་བུ་སྤྱད་དག་ཡིག་ནང་རྒྱ་མེད་གྲུང་དེད་རྒྱས་གྲུང་དབྱང་གི་སྤྱི་གདངས་མཚོན་བྱེད་ཀྱི་དག་ཡིག་ནང་རྒྱ་བེད་སྤྱད་ཡོད་པ་ལྟ་བུ་རེད། དེར་རྒྱས་ཁམས་དང་ཨ་མ་དོའི་ཡུལ་རྒྱ་ཡི་གེའི་རྣམ་བཞག་མི་ཤེས་པའི་མཁས་པ་གསར་པ་ཁག་གཅིག་གིས། བོད་ཀྱི་དག་ཡིག་ནང་རྒྱ་མེད་པ། ཡི་གེའི་འབྲུ་མཛོད་ནང་རྒྱ་ཡོད་པའི་ཡིག་འབྲུ་བྲི་གཅིག་ཡོད་པ་དེའི་ནང་ནས་འགའ་ཞིག་སྤངས་ཏེ་གང་བྱུང་རྒྱ་བྲིས་པ་ནི་ཡིག་འབྲུལ་ཞིག་རེད། །

སྒྱུ་བརྗོད་ནི་ལྷག་བསམ་གྱི་ལམ་སྒྱུ་ཡིན།

2022.4.4

དེ་རིང་ཁ་བ་དཀར་པོའི་ཚོགས་པའི་ནང་དུ་བྱ་གྲགས་འཁུན་ཟེར་བ་ཞིག་གིས་
 ང་ལ་ཁྱོད་རང་གི་སྐད་ཆ་བཤད་སྤངས་དེ་ཚོགས་སྒྱུར་རྒྱུ་བ་ཆེ་དུག་འདུག་ཅེས་
 བསམ་འཆར་ཞིག་བཏོན་གནང་བུང་བ་ལ་བརྟེན་ནས་ངས་སྐད་ཆ་འདི་བཤད་
 པ་ཡིན། མ་གཞིའི་འདྲིའི་སྒྲིབ་དུ་མི་ཁ་ཤས་ཤིག་གིས་ཁྱོད་རང་སྐད་ཆ་ཚོགས་རྒྱུ་བ་
 དུག་ཆེ་འདུག་ཟེར་བའི་བསམ་འཆར་ཁ་ཤས་བཏོན་བུང་བ་དེ་དག་ཐམས་ཅད་
 ལ་མདོར་བསྡུས་ནས་ལན་འདི་ལུལ་བ་ཡིན། ཁོ་ཚོས་ང་ལ་ཡོད་པའི་སྒྱུ་བ་
 བཏོན་པ་ནི། སྤྱི་དང་བྱེ་བྲག་གི་དབྱེ་བ་མེད་པ་དབྱུག་པས་ལེབ་རྒྱང་བྱེད་པ། མི་
 གཞི་ལ་དམའ་འབེབས་བྱེད་པ། ཚོགས་ངན་མང་བ་སྟེ་ཁྱོད་སྒྱུ་བ་པོ་རེད། བྱི་དང་
 བྲག་གི་སྐད་པ་ཅན། སྒྱག་པ་ཟོ་ཟེར་བ་དེ་དག་རེད། ངས་བྱ་སྟོག་དུ་སྐད་ཆ་མང་
 པོ་ཞིག་བཤད་པ་འདི་དགོས་པ་དང་། དམིགས་ལུལ་ངེས་ཅན་ཞིག་ལ་དམིགས་
 བྱས་བཤད་ཅིང་ཡོད་པ་ལས་ཅི་དུན་གང་འདོད་དུ་བཤད་པ་ཞིག་མིན། ང་ཚོའི་
 མི་རིགས་འདི་ད་ལྟར་རིག་གནས་དང་། བསམ་སྟོབྱི་གནས་སྤངས་སྒྱུ་པོ་ཞིག་གི་
 སྟོག་དུ་གནས་ཡོད་པ་ཞིག་རེད། འདི་ལ་ཚོགས་སྒྱུར་སྒྱུ་བ་སྟོབ་གསོ་དང་གོ་
 བརྟ་སྒྱུ་བ་མི་སྟབ་པ་དང་འཕྲོད་དཀའ་བ་ཞིག་རེད། ངས་སྟོབ་ཁང་ནང་དུ་སྟོབ་
 མ་ནམས་ལ་སྟོབ་བྲིད་སྐབས་སུ་ཚོགས་ངན་དང་། ཚོགས་ཁྱོད་གཏན་ནས་བེད་སྤྱོད་
 སྟོལ་མེད། རྒྱ་མཚན་གང་ཞེན། དེ་དག་རྒྱང་དུས་ནས་རྒྱན་ལྡན་གྱི་སྟོབ་གསོ་
 བརྒྱད་ནས་ཡོང་བ་ཡིན་སྟབས། བན་ཚུན་གོ་བརྟ་འཕྲོད་བདེ་པོ་རེད། རྒྱན་ལྡན་
 གྱི་མི་དང་མིའི་བར་གྱི་འབྲེལ་བ་བྱས་ནས་རྒྱས་པ་སྟོན་སྟབ་པ་ཞིག་རེད།

༡ ངས་སྒྱུ་བརྗོད་དེ་ཚོགས་འཇམ་པོའི་ངང་དུ་མི་བྱེད་པ་ཚོགས་རྒྱུ་བ་དགོས་པའི་
 རྒྱ་མཚན། གཤིས་ཁྱོད་ཞིང་ཡོན་ཏན་མེད་པའི་སྐད་པ་མཁྲེགས་གཞུགས་ཅན་
 འདི་དག་ལ་སྐད་ཆ་འཇམ་པོ་དང་། རྒྱན་པོ་བཤད་ན་ཚོར་བ་གང་ཡང་མེད་

སྤངས་ཁོ་ཆོས་དོ་སྤང་བྱེད་མི་སྤིད། དེ་ལས་ཆོག་ངན་དང་ཆོག་ཁྱོད་པོ་ཞིག་གིས་
བཤད་ན་ཁོ་ཆོའི་མཆང་ལ་ཕོག་སྟེ་ཆོར་བ་ཚོན་པོ་སྟེ། དེ་ལ་བརྟེན་ནས་ངས་
བཤད་པའི་སྤང་ཆ་ཁོང་ཁྱོ་ཞིག་དང་མཉམ་དུ་བསམ་སྒྲོ་གཏོང་དགོས་པ་ཞིག་
ཡོད་དུས། གཞི་ནས་ང་ཆོའི་སྤྱི་ཆོགས་ལ་སྒྱུན་ཡོད་པ་དང་། རང་ལ་སྒྱུན་ཡོད་པ་
མཐོང་ངེས་རེད།

དབྱུགས་པས་ལེབ་རྩང་ཟེར་བ་དེའང་དོན་ལ་མི་གནས་པའི་གོ་བ་ལེན་སྤངས་
ཤིག་རེད། རིགས་མཐུན་ཅན་གྱི་མི་རྣམས་ལ་སྒྱུན་བརྟེན་སྤངས་སུ་མི་རེ་རེ་ནས་
མིང་བཏོན་དགོས་ན་མི་ཁྱི་སྤང་མང་པོ་མིང་བཏོན་དགོས་པ་ཞིག་རེད། དཔེར་
ན། ངས་སྤྱི་ལོ་གྲ་ལོག་ཅེས་སྒྱུན་བརྟེན་བྱེད་སྤངས་སྤྱོད་ངན་ཅན་གྱི་སྤྱི་ལོག་
རྣམས་མ་གཏོགས་སྤྱི་མ་བཟང་ངན་ཆང་མ་ལ་གོ་མི་སྤིད་པ་རེད། བྱས་ཅང་དེ་
ལ་དབྱུགས་པ་ལེབ་རྩང་ཟེར་མ་རེད།

མི་གཞི་དམའ་འབེབས་ཀྱང་མ་རེད། ངས་མི་སྤྱོད་པ་ངན་པ་ཅན་ལ་སྒྱུན་
བརྟེན་བྱེད་པ་དེ་ཁོ་ཆོ་ལ་ཡོད་པའི་རང་བཞིན་གྱི་སྒྱུན་དེ་བརྟེན་པ་ལས་མེད་པ་
ལ་ཡོད་པ་སྒྱུ་བཏགས་ནས་བཤད་མེད། སྒྱུན་ཡོད་པ་ལ་སྒྱུན་བརྟེན་པ་དེ་ལ་རང་
བཞིན་བརྟེན་པ་ཟེར། དཔེར་ན། མིག་ལོང་བ་ཁྱོད་ལོང་བ་རེད་ཟེར་ན་དེ་རང་
བཞིན་བརྟེན་པ་རེད་མ་གཏོགས་མི་གཞིར་དམའ་འབེབས་མ་རེད། མིག་ལ་སྒྱུན་
མེད་པའི་མི་ཞིག་ལ་ཁྱོད་རང་ལོང་བ་རེད་ཅེས་ལབ་ན་དེ་མི་གཞི་ལ་དམའ་
འབེབས་རེད། དེ་བཞིན་དུ་གྱི་ཕག་གི་ཁྲུང་པ་དང་འདྲ་བ་ཟེར་བ་དེའང་མི་སྤྱོད་
པོ་དེ་དག་ལ་འདྲ་བ་རྒྱ་མཚན་དུ་བྱས་ཏེ་འཕྲོད་སྤངས་ཤིག་ལས་མེད་པ་ལ་ཡོད་
པ་སྒྱུ་བཏགས་ནས་མི་གཞི་དམའ་འབེབས་བྱས་པ་ཞིག་མ་ཡིན་བསམ་བཞིན་
ཡོད་པས་ཆང་མས་དེ་ལ་བསམ་གཞིགས་ཤིག་གནང་རོགས།

༡ མི་གཤིས་ཀྱི་སྒྱུན་དང་། སྤྱི་གསུལ་གྱི་སྒྱུན་གཉིས་ལས་ངའི་བརྟེན་བྱ་མི་
གཤིས་ཀྱི་སྒྱུན་ཡིན། སྤྱི་བཏང་སྤྱི་ཆོགས་ཐོག་དུ་ཡོད་པའི་སྒྱུན་ཆ་དེ་ལ་མི་གཤིས་
ཀྱི་སྒྱུན་དང་། སྤྱི་གསུལ་གྱི་སྒྱུན་ཟེར་བའི་དབྱེ་བ་གཉིས་ཡོད། ཟུ་སྤྱད་དུ། 人性
毛病，制度毛病。ཟེར། ངས་བཤད་པ་དེ་མི་གཤིས་ཀྱི་སྒྱུན་དེ་བརྟེན་ནས་སྤྱི་

ཚོགས་ཀྱི་དཔལ་ཡོན་ལ་ཕན་ཐོགས་ཤིག་ཡོང་བའི་རེ་བ་བྱེད་ཅིང་ཡོད། སྤྱིག་སྤྱོད་ཀྱི་སྤྱོད་བཅོང་བྱ་བའི་ཡོན་ཏན་དང་ཐོབ་ཐང་གཉིས་ཀ་ང་ལ་ཡོད་མ་རེད། ཡིན་ནའང་མི་གཤིས་ཀྱི་སྤྱོད་ཆའི་འབྱུང་ཁུངས་དེ་སྤྱིག་སྤྱོད་ཀྱི་སྤྱོད་ཆ་ལ་བརྟེན་ནས་ཡོང་བ་ཞིག་རེད། སྤྱིག་གཞི་ངན་པ། ལམ་ལུགས་ངན་པ། སྤྱིང་རྒྱས་ངན་པ་བཅས་ལ་བརྟེན་ནས་མིའི་བསམ་སྒྲོ་ངན་པ་དང་། འཛིག་རྟེན་ལྟ་ཚུལ་དང་། རིན་ཐང་གི་ལྟ་ཚུལ་ངན་པ་དེ་དག་ཡོང་གི་ཡོད་རེད། དཔེར་ན། གནའ་བོའི་རྩས་སྤྱི་ཚོས་སྤྱིང་བྱུང་འབྲེལ་ལམ་ལུགས་འོག་ཏུ་ལོ་ངོ་བདུན་བརྒྱ་ཙམ་ལ་དབང་བསྐྱར་བྱས་ཏེ་སྤྱོད་གསོ་ཡང་དག་པ་ཞིག་མེད་སྟབས། མིའི་སྤྱོད་རིག་ལ་ཡར་རྒྱས་འགོ་བའི་ལམ་ཞིག་མེད་སྟབས་བསམ་སྒྲོ་ལ་འབྲུག་ཆ་ཡོང་མ་ཐུབ་པས་ལྷན་པོ་སྤྱིང་ལུག་ཅན་ཤ་སྟག་ཆགས་པ་དེ་སྤྱིག་སྤྱོད་ཀྱི་སྤྱོད་ཆ་རེད། སྤྱིག་སྤྱོད་བཟང་པོ་ལ་བརྟེན་ནས་སྤྱོད་སྤྱོད་འབྱེད། ཤེས་རིག་རྒྱས། ཚན་རིག་གི་གནས་ལུགས་ཤེས་ཏེ་སྤྱི་ཚོགས་ཐོག་ཏུ་དམངས་གཙོ་དང་། རང་དབང་། འདྲ་མཉམ་བཅས་ཀྱི་བསམ་སྒྲོ་དང་། སྤྱོད་བཅོང་རང་དབང་གི་ཁོར་ལུག་དེ་ཡོང་བ་རེད།

༡ ད་ལྟ་ང་ཚོའི་མི་གཤིས་ཀྱི་སྤྱོད་དེ་ཚོས་སྤྱིང་བྱུང་འབྲེལ་ཀྱི་སྤྱིང་རྒྱས་ཀྱིས་བྱས་པའི་སྤྱོད་རེད། ཐོད་མི་དམངས་ཀྱི་བསམ་སྒྲོའི་ནང་ཏུ་དཀར་ནག་གོ་སྟོག་གི་བསམ་སྤྱོད་དཔེར་ན། ཐོད་ཀྱི་གཏམ་དཔེ་ལ། བྱ་བརྒྱའི་ཁ་དེ་ཤར་ལ་བསྐྱར་རྩས། སུ་ཤུང་ཁ་དེ་རྩབ་ལ་འཁོར། ཟེར་བའི་དཔེ་ལྟར། འཛམ་བུ་སྤྱིང་གི་མི་རིགས་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་ཆོ་འདིའི་སྟོ་གོས་དང་བདེ་སྤྱིང་ཀྱི་ཆེད་ཏུ་ཚན་རིག་སྤྱོད་སྤྱོད་ལ་འབད་བཅོལ་བྱེད་སྐབས། ཐོད་མི་རིགས་ཀྱིས་ཆོ་སྤྱི་མའི་ཆེད་ཏུ་སྤྱོད་བསམ་གཏོང་ནས་བསྐྱད་པ་དང་། འཛམ་སྤྱིང་མི་ཚང་མས་རང་ལུལ་ཡར་རྒྱས་དང་བྱིས་ཆང་བདེ་སྤྱིང་ཀྱི་ཆེད་ཏུ་བསམ་སྤྱོད་དང་འཆར་གཞི་བྱེད་སྐབས། ཐོད་མི་རིགས་ཚོས་འགོ་བ་རིགས་རྩྭ་གི་སེམས་ཅན་ཀྱི་དོན་བསྐྱབ་དགོས་ཟེར་བའི་སྤྱོད་བསམ་དང་། འཛམ་སྤྱིང་མི་རིགས་ཚང་མས་རེ་བ་ཚན་རིག་གི་བསམ་སྤྱོད་དང་། རང་རང་གི་འབད་བཅོལ་ལ་བཅོལ་བ་དང་། ཐོད་མི་རིགས་ཀྱིས་རེ་བ་ཚང་མ་ལྟ་ལ་བཅོལ་ནས་འབད་བཅོལ་དོར་བ། འཛམ་སྤྱིང་གི་མི་ཚང་མས་ལུས་ལ་ནད་

བྱུང་ན་སྒྲན་ཁང་དུ་བཅོས་སར་འགོ་ཁྲིད་སྒྲོར་མོ་ཡོད་པ་དེ་དག་ལུས་ཁམས་བདེ་
ཐང་གི་ཆེད་དུ་གཏོང་བ་དང་། བོད་མི་རིགས་གིས་ལུས་ལ་ནད་བྱུང་ན་ཤི་རྒྱ་
བསྐྱུག་ནས་བསགས་པའི་སྒྲོར་མོ་དགོན་པའི་ནད་དུ་སྦྱེལ་བ་སོགས་འཛིག་རྟེན་
མི་ལྷགས་ལས་འདས་པའི་བསམ་སྦྱོང་མ་དག་པ་མང་པོ་ཞིག་གི་རྒྱ་རྒྱུན་དེ་སྤྲིག་
སྟོལ་ངན་པ་ལས་བྱུང་བའི་སྦྱོན་ཆ་ཡིན་ཏེ། ཆོས་སྤྱིད་བྱུང་འབེལ་གྱིས་སྤྲིག་སྟོལ་
ངན་པས་མིའི་སྒོ་སྒོ་འབྱེད་པ་ལ་བཀག་བཅུམས་བྱས་པའི་རྒྱུན་གྱིས་སོ། །

༤ རྒྱལ་ཁབ་གཅིག་ལ་མི་རིགས་འདྲ་མཉམ་དགོས། མི་རིགས་གཅིག་ལ་ཐོབ་
ཐང་འདྲ་མཉམ་དགོས། དེར་དུས་བོད་རིགས་མི་ཉུང་བ་ཞིག་གིས་བྱི་རྒྱལ་བ་ལ་
ལད་རྒྱུས་ལྟ་བུ་ཞིག་གིས་དམངས་གཙོ་དང་། རང་དབང་། འདྲ་མཉམ་ཟེར་བའི་
ཆོག་དེ་བེད་སྤྱོད་བྱེད་རྒྱ་མང་དུ་འགོ་བཞུགས་ཡོད་པ་ནི་ལོ་རྒྱུ་བཅུ་དང་དུག་
ཅུའི་གོང་ལས་ཡར་ཐོན་ཡོད་ཡོད་པའི་རྟགས་མཚན་ཞིག་རེད། འོན་ཀྱང་གནའ་
དུས་ཆོས་སྤྱིད་བྱུང་འབེལ་གྱི་སྤྲིག་སྟོལ་ངན་པ་དེའི་ཤུན་གྱིས་ད་དུང་ཡང་བོད་མི་
རིགས་གཅིག་གི་ནད་ལའང་འདྲ་མཉམ་མ་ཡིན་པའི་རྗེས་ལུས་ཀྱི་བསམ་སྦྱོང་དེ་
ཤུགས་ཆེན་པོ་གནས་ཡོད་པ་རེད། དེའི་རྒྱུན་གྱིས་བོད་མི་རིགས་ནད་ཁལ་ལ་འདྲ་
མཉམ་གྱི་ཐོབ་ཐང་མེད་པ་སྤྲོམ་དང་། སྦྱལ་སྦྱ། སྦྱ་དག་དང་དཔོན་རིགས་ཟེར་
ནས་གོང་དུ་བཀྱར། རང་གིས་དམན་ས་བཟུང་སྟེ་བྲན་གཡོག་གི་གདན་ཐོག་རང་
མོས་གྱིས་འདུག་མཁན་ཡོད་པ་འདི་ནི་གནའ་བོའི་ཆོས་སྤྱིད་བྱུང་འབེལ་དང་།
བཀག་བཀོད་རྒྱུན་འཛིན་གྱི་བསམ་སྦྱོང་ཤུགས་རྒྱུན་ལས་བྱུང་བ་ཤིག་རེད། དེས་
ན་མི་རིགས་རང་གི་ནད་ཁལ་དུ་འདྲ་མཉམ་གྱི་བསམ་སྦྱོང་དང་ཐོབ་ཐང་ཚོད་རྒྱ་
དེ་གལ་ཆེན་པོ་ཞིག་རེད། མི་རིགས་གཅིག་གི་ནད་དུ་སྤྲོམ་མ། སྦྱལ་སྦྱ། སྦྱ་
དག །གཏུང་རྒྱུད། རྒྱུས་པ། བྱད་མེད་ཆང་མ་པན་རྒྱུན་འདྲ་མཉམ་ཡིན་པའི་རྟ་
བ་ཞིག་དང་། འདྲ་མཉམ་གྱི་གུས་བཀྱར་བྱེད་རེས་ཅན་གྱི་དཔལ་ཡོན་ལྷན་པའི་
མི་རིགས་ཤིག་ཆགས་སྐྱབ་ན། གཞི་ནས་མི་རིགས་གཞན་དག་དང་ཐོབ་ཐང་འདྲ་
མཉམ་ཚོད་པའི་གདིང་ཆད་ཅིག་རྒྱུས་སྐྱབ། །

མིག་སྒར་མི་རིང་ཡར་རྒྱས་ཀྱི་བཀག་རྩོག་པ་ཡིན་ངོས་འཛིན་པ།

2022.4.12

མིག་སྒར་ཐོད་རིགས་གཞིན་ཏུ་རྣམས་དང་བཤོ་སྤོང་བྱ་དགོས་པ་ཞིག་ནི། ར་ཚོ་
ཡར་རྒྱས་འགོ་བའི་བཀག་རྩོག་ཅེ་ཅེ་གང་ཡིན་ངོས་འཛིན་དགོས། ར་རང་
གིས་བསམ་སྒྲོ་ལྟར་ན།

༡ མི་རིགས་ཡར་རྒྱས་ཀྱི་བཀག་རྩོག་གཉིས་ཏེ། བཀག་བཀོད་རྒྱུ་འཛིན་གྱི་
བསམ་སྒྲོ་དང་། རྩོངས་དད་གཉིས་ཡིན། དང་པོ། བཀག་བཀོད་རྒྱུ་འཛིན་
བསམ་སྒྲོ་ནི། སྤྱི་མི་སྤྱི་ཞིག་ཡིན་ཡང་ཡོན་ཏན་ཆེ་ཆུང་དང་། འཛིན་ཐང་ཆེ་
ཆུང་གི་རྣམ་པས་བྱས་པའི་འཚོ་བའི་ཆ་རྒྱུན་ལ་རིམ་པ་མི་འདྲ་བ་ཡོད་པ་ནི་ཆོས་
ཉིད་ཅིག་རེད། འོན་ཀྱང་ཤ་ཁྲག་གི་ངོས་ནས་མི་ལ་རིམ་པ་མཐོ་དམན་ཡོད་པར་
ངོས་འཛིན་པ་དེ་ནི་བཀག་བཀོད་རྒྱུ་འཛིན་གྱི་ལྟ་བ་རེད། མི་དམངས་རྣམས་
ཀྱིས་ཐོད་ཀྱི་སྒྲ་མ་དང་སྤྱལ་སྤྱ། སྤྱི་དྲག་དང་གཏུང་རྒྱུད་རྣམས་ལ་ཏ་ཅང་ཐལ་
བའི་གུས་ཞབས་བྱེད་པ་ནི་གུས་ཞབས་ཀྱི་བསམ་སྒྲོ་མིན་ལ་དེ་ནི་བྲན་གཡོག་གི་
བསམ་སྒྲོ་ཞིག་རེད། སྤྱི་སྤྱལ་དང་སྤྱི་དྲག་རྣམས་ཀྱིས་རང་ཉིད་ནི་གནའ་བོའི་
དུས་ནས་ཆེ་ས་རིགས་རྒྱུད་ཡིན་སྟབས་འགོ་ན་སྒོན་མ་དང་། བསྐྱད་ན་གྲོས་
འགོར་བསྐྱད་ཆོག་པའི་བསམ་སྒྲོ་འདི་ནོར་འབྲུལ་རེད། དེ་བཞིན་དུ་མི་དམངས་
ཕལ་གྱིས་རང་ཉིད་ནི་སྤྱི་སྤྱལ་སྤྱི་དྲག་དག་ལས་རིམ་པ་ཞིག་དམའ་བའི་མི་ཞིག་
ཡིན་སྟབས་ཁོ་ཆོའི་བྲན་དུ་བཀོལ་འོས་པ་ཞིག་ཡིན་པ་ངོས་འཛིན་པ་ནི་གུས་
ཞབས་མ་ཡིན་པ་བྲན་གཡོག་གི་བསམ་སྒྲོ་ཞིག་ཡིན་པ་དེ་ཡང་ནོར་འབྲུལ་རེད།
ཆང་མ་འདྲ་མཉམ་ཡིན་པའི་བསམ་སྒྲོའི་ཐོག་དུ་ཕན་ཚུན་གུས་ཞབས་བྱས་ན་དེ་
ནི་དང་རབས་ཅན་གྱི་དཔལ་ཡོན་ལྷན་པའི་གུས་ཞབས་ཞིག་རེད།

གཉིས་པ། རྩོངས་དད་ཀྱི་བསམ་སྒྲོ་ནི། ལས་དང་བྱ་བ་གང་ཞིག་བསྐྱབ་
དགོས་ན་མཐའ་གཅིག་དུ་ལྟ་ལ་རེ་བ་བཅོལ་བའི་བསམ་སྒྲོ་འདི་རེད། དཔེར་ན།

ཚོང་དང་སོ་ནམ་ལས་རིགས་གང་བྱས་ཀྱང་མོ་འདེབས་ཤིང་ལྟ་ལ་འཕྲིན་བཅོལ་
དང་། དེ་བཞིན་རུ་ནད་པ་བྱང་བ་དང་། སློབ་གྲུའི་ཡིག་ཚད་གཏོང་བ། གཞུང་
ཞབས་པ་ཡིག་རྒྱགས་སྤྲད་པ་སོགས་གལ་ཆེ་བའི་བྱ་འགུལ་ཐམས་ཅད་ལ་མོ་
འདེབས་ཤིང་ལྟ་ལ་འཕྲིན་བཅོལ་བྱེད་པའི་འདི་ནི་ཚོངས་དད་ཀྱི་བསམ་སྒྲིབ་རེད།
སྤྲོན་པ་ལ་མ་བཞེན་པ་ནད་དྲག་མི་སྲིད། རང་གིས་འབད་བཅོམ་མ་བྱས་པ་ལྟ་
སྤྲོང་གིས་བྱ་བ་སྤྲོབ་མི་སྲིད་པ་ནི་ཤེས་སྒྲ། འོན་ཀྱང་ད་ལྟའི་བར་རུ་བོད་མི་
རིགས་འདི་ཚོངས་དད་ཀྱི་བསམ་སྒྲིབ་དབང་གི་གོ་སྐབས་མང་པོ་ཞིག་ཤོར་བྱིན་
པ་རེད།

༡ བོད་མི་ཕལ་ཆའི་བསམ་པའི་རང་བཞིན་གྱི་སྒྲིན་གཉིས་ཏེ། དང་པོ། གནོད་
བྱའི་ཡུལ་གྱི་ཉམས་རྒྱུ་ལ་མེད་ལ་སྤང་ཞིང་། གནོད་བྱེད་རྒྱས་སྤོབས་ཅན་
དང་། ཁམ་པའི་རིགས་ཀྱི་རྒྱབ་རྩུ་ལངས་མཁན་མང་པོ་ཞིག་ཡོད་རེད། དཔེར་
ན། བཟའ་མི་གཉིས་ལས་སྤྲོས་པ་དེས་བྱད་མེད་དེ་རྒྱུ་བརྒྱུད་བྱེད་ཅིང་ཡོད་པ་
མཐོང་ན། འཛམ་གླིང་སྔོན་སྔོན་གྱི་སློབ་གསོ་སྤོབ་པ་དང་། དཔལ་ཡོན་ལྡན་པའི་
མི་རིགས་ཤིག་ཡིན་ཆོ། བརྒྱུད་དགོས་པའི་རྒྱ་མཚན་གང་ཡིན་བརྟག་མ་དགོས་
པ་མིག་སྤར་མཐོང་བཞིན་པའི་འདྲ་མཉམ་མ་ཡིན་པའི་གནས་ཚུལ་དེ་ལ་བརྟེན་
ནས། རྒྱུ་མཁན་རྒྱས་ལྡན་གྱི་མི་ལ་ཁོང་ཁོ་ཞིང་། བརྒྱུད་བྱའི་རྒྱས་མེད་དེའི་རྒྱབ་
རྩུ་བྱེད་དེས་རེད། འོན་ཀྱང་བོད་ཀྱི་ཡུལ་འདིར་དེ་ལྟ་བུའི་དོན་རྒྱུ་ཞིག་མཐོང་
ཆོ་སྤོབ་མ་ཉིད་ནས་ལོག་པའི་བསམ་པ་ཞིག་སྤྲོས་ཏེ། བྱད་མེད་འདི་ཡིས་བརྒྱུད་
དགོས་པའི་ལས་ཤིག་བྱས་ཡོད་སྲིད་ཅེས་སྤྲོ་ཞིང་རྒྱུ་མཁན་གྱི་རྒྱབ་སྤྲོགས་སུ་
ལངས་འགོ་བ་ནི་བོད་རིགས་མང་ཆེ་བའི་བསམ་སྒྲིབ་ཞིག་རེད། འདི་ནི་སྤྲིང་རྩེ་
མེད་པ་དང་། རྒྱ་འབྲས་མེད་པ། ཡོན་ཏན་མེད་པ་བཅས་རྒྱ་མཚན་གསུམ་གྱི་སྒྲི་
ནས་ཡོང་བའི་བསམ་སྒྲིབ་ཞིག་རེད་སྟེ། དེ་བཞིན་རུ་པ་མས་སྤུ་གུ་བརྒྱུད་བ་
མཐོང་ན་ཡང་བསམ་སྒྲིབ་གཅིག་པ་རེད། དེང་རབས་རྒྱབ་སྤྲོགས་པའི་རིག་གནས་
མ་ལག་ནང་རུ་བཅོན་པོ་གཉའ་ནས་མནན། ཉམ་རྒྱུང་མཐའ་ནས་སྤྲོང་། ཟེར་
བའི་རིག་གནས་དེ་བྱུང་གང་ལ་རུ་སྤྲོན་ཡོད་སྟབས། བ་མས་སྤུ་གུ་བརྒྱུད་ན་མི་

གཞན་གྱིས་གཤེར་སྲིད་ལ། ཉེན་རྟོག་པ་ཡོང་ནས་པ་མ་ལ་ཆད་པ་བཅད། སྤུ་གུ་
ཉེན་རྟོག་པས་བྲིད་ཅིང་སྤུ་གུ་བདག་སྐྱོང་གི་དབང་ཆ་འཕྲོག་པའི་སྲིད་ཅུས་ཡོད་
པ་རེད། ཐོད་རིགས་ཀྱི་བསམ་སྒྲོའི་སྤང་ན། འཛིགས་སྤུལ་ཚོགས་པས་མི་ཞིག་
བསད་ན། འཛིགས་སྤུལ་ཚོགས་པ་ལ་མི་སྤང་བར། སལ་ཆེར་མི་དེས་བསད་འོས་
པའི་ལས་ཞིག་བྱས་ཡོད་སྲིད་ཅེས་འཛིགས་སྤུལ་ཚོགས་པའི་རྒྱལ་སྐྱོར་དུ་ལངས་
པ་དང་དོན་གཅིག་རེད། འདི་ནི་ཐོད་ཀྱི་བསམ་སྒྲོའི་ནང་དུ་ཆོས་ལུགས་ཤོས་ཀྱི་
རིག་གནས་ཤིག་རེད།

གཉིས་པ། རང་དང་རང་གི་རིག་གནས་ལ་མཐོང་རྒྱུད་པ་རང་གཤིས་སུ་
ཆགས་ཡོད། རང་གིས་རང་ལ་མཐོང་རྒྱུད་པ་དེ་བཀས་བཀོད་རྒྱུ་འཛིན་
ཀྱི་བསམ་སྒྲོའི་ཤུལ་རྗེས་ཤིག་རེད། རང་དང་ངའི་རྒྱུད་པ་འདི་ནི་སྤུ་གུ་ལས་
དམན་པ། གདུང་རྒྱུད་ལས་དམན་པ། སྤྲ་མ་དང་སྤུལ་སྤུལ་ལས་དམན་པ་ཞིག་
ཡིན་པ་ནི་གདོད་མ་ཉིད་ནས་ལྷན་སྐྱེས་ཀྱི་གནད་དོན་ཞིག་ཡིན་པ་ངོས་འཛིན་
བྱེད་པ་ནི་ཆོས་སྲིད་ཟུང་འབྲེལ་གྱིས་རྒྱུན་པའི་བྲན་གཡོག་གི་བསམ་སྒྲོའི་ཞིག་རེད།

རང་གི་རིག་གནས་ལ་མཐོང་རྒྱུད་བྱ་བ་ནི་རྒྱ་གར་གྱི་ཆོས་ལུགས་ཐོད་དུ་དར་
བ་དང་། དེ་ལ་ཞེན་ཆགས་པའི་གོང་རིམ་མི་སྤྱ་ཁག་གཅིག་ལ་དབང་ཆ་ཐོབ་པའི་
རྒྱུན་གྱིས་ནང་འདྲེན་བྱས་པའི་རིག་གནས་གསར་པ་དར་སྤེལ་དང་། མེས་པོའི་
ཤུལ་བཞག་གི་རིག་གནས་རྟིང་པ་མཐའ་དག་བསྐྱར་གཞོན་བསྐྱེད་པ་གསུམ་གྱི་
སྒོ་ནས་མེད་པ་བྱས་པའི་རྗེས་འབྲས་ཤིག་རེད། དཔེར་ན། ཐོན་པོའི་ཆོས་དང་
རིག་གནས་ཡིན་ན་བརྒྱ་ཆ་བརྒྱ་ཐམ་པ་རྩུན་མ་ཡིན་པ་དྲིལ་བསྐྱགས་པ་དང་།
མེས་པོའི་རིག་གནས་ཞང་ཞུང་རྒྱ་ན་པོའི་ངག་རྒྱུས་སོགས་གནམ་རིག་སྐར་གྱི་
འབྲུང་ཁུངས་སྤྱས་བསྐྱེད་བྱས་ཏེ། རྒྱ་གར་གྱི་དུས་འཁོར་སྐར་རྒྱུ་ཁོ་ན་ཡིན་
པར་བསྐྱགས་པ་དང་། རང་བྱུང་ཆོན་རིག་གི་མང་གཞི་ཐོན་གྱི་འབྲུང་རྒྱུ་གྱི་
ཁུངས་རྒྱ་ནག་ཡིན་ཟེར་བ་སོགས་རང་དང་རང་རིགས་མེས་པོའི་རིག་གནས་ལ་
མཐོང་རྒྱུད་བྱ་བ་འདི་ནི་ཆོས་ལུགས་བྱུང་མཐའི་ཁེ་ཕན་དེ་མི་རིགས་ཀྱི་ཁེ་ཕན་
ལས་གལ་ཆེ་བར་འཛིན་པའི་རྒྱུན་རྟོགས་ཤིག་ཡིན།

ཨུཾ་ཨུཾ་བརྒྱ་གཉིས་གྱི་ཏལ་བྱི་དང་སྤྱོད་པ་གཙུག་གཙང་བརྟག་ཐབས།

2022.4.27

དཔལ་ལྷགས་སྐར་གྱི་ཚུགས་པའི་བཀའ་དྲིན་ལ་བརྟེན་ནས་འདིར་ཨུཾ་ཨུཾ་བརྒྱ་གཉིས་དང་། གཟུང་བརྟག་བཅས་གྱི་རིམ་དང་དེའི་འགྲེལ་བཤད་ཡག་པོ་ཞིག་གྲུབ་སོང་། བོད་གྱི་དམངས་སྤྱོད་རིག་གནས་ནང་དུ་དུས་རྒྱུན་གྱི་འཚོ་བ་དང་ཐད་ཀར་འབྲེལ་བའི་རིག་གནས་མང་པོ་ཞིག་ཡོད་པ་ནི་ཞིང་འགྲོགས་ཀྱི་ལྷ་གྱི་མི་དམངས་ལྷན་གྱིས་ལས་གཞི་གཤམ་ཆེན་འགོ་འཇུགས་པའི་སྐབས་སུ་འཛོམས་བྱ་ཏལ་བྱི་དང་། སྤང་བྱ་སྤྱོད་པ་གཙུག་གཙང་བཟུང་བའི་སྤྱོད་པ་དེ་གཉིས་མ་ཤེས་ཐབས་མེད་ཅིག་ཆགས་ཡོད། དེ་གཉིས་ལ་རེ་རེ་བཞིན་དུ་གནས་སྤྱོད་པ་གཙུག་གཙང་ཡིན་སྤྱོད་པ་མཆོམས་བརྒྱ་གཉིས་གྱི་རེའུ་མིག་འདི་ལས་ཤེས་དགོས། ཨུཾ་ཨུཾ་མེད་ན་ཏལ་བྱིའི་གནས་སྤྱོད་པ་ཤེས་ནའང་། སྤྱོད་པ་གཙུག་གཙང་གནས་སྤྱོད་པ་དེ་སྐྱུ་ཀའི་ཚང་ལ་བརྟག་ནས་ཤེས་ཐུབ། གནའ་བོའི་དུས་ནས་དམངས་ཁྲོད་གྱི་རིག་གནས་ནང་དུ་སྤྱོད་པ་ཆགས་དུད་འགྲོའི་བྱ་སྤྱོད་ལ་བརྟག་ནས་ཤེས་པའི་སྐར་མང་པོ་ཞིག་སྤངས་ཡོད་པ་ནི་གསོ་རིག་ནང་དུ་ཚུ་སྤྱོད་པ་ཆགས་གཅིག་དུད་འགྲོའི་བྱ་བ་ལས་ཤེས་པ་དང་། སྐྱུ་ཀའི་ཚང་ལ་བརྟག་ནས་སྐར་ཕྱིས་ནང་གི་སྤྱོད་པ་གཙུག་གཙང་གང་ཡོད་དོས་འཛོམས་བྱེད་ཐུབ་པ་ལྟ་བུ་རེད། སྐྱུ་ཀའི་ཚང་སྤྱོད་པ་ལ་རེ་བཞིན་ཁ་སྤྱོད་པ་བརྟེན་ཞིང་ཡོད་ལ། ཚང་སྤྱོད་པ་སྤྱོད་པ་དེ་སྐར་ཕྱིས་ནང་གི་སྤྱོད་པ་གཙུག་གཙང་ཡོད་སྤྱོད་པ་དང་གཅིག་མཐུན་རེད། རིག་གནས་གསར་བརྟེན་སྐབས་སུ་ཨུཾ་ཨུཾ་མཐུན་མཐུན་མེད་པ་དང་། ཡོད་ནའང་ཐུན་མོང་གི་སྤྱོད་པ་ལ་མེད་སྤྱོད་པ་སྤྱོད་པའི་མི་སེར་ལྷན་དབྱིད་དུས་སྐྱུ་ཀའི་ཚང་བཅས་སར་འགྲོ་ནས་སྐྱུ་ཀའི་ཚང་གི་སྤྱོད་པ་དུ་བརྟག་ཡོད་པ་བརྟག་ནས་སྤྱོད་པ་གཙུག་གཙང་གང་ཡོད་གཏན་འཁེལ་བྱེད་ཅིང་། ཞིང་པས་ས་ཞིང་ཚོ་བ་དང་ས་བོན་འདེབས་པའི་ཁ་སྤྱོད་པ་སྤྱོད་པ་གཙུག་གཙང་ལ་བརྟག་དགོས་པ་

དང་། འབྲོག་པས་གཡག་གསར་པ་ལ་སྐྱབས་བསྟན་པ་དང་། རྟ་གསར་ཁ་ལོ་ཕབ་པ་
 མོགས་སྟོགས་གཙང་སྟོགས་སུ་ཁ་གཏད་ནས་ལས་འགོ་བཙུགས་སྟོལ་ཡོད་པ་རེད།
 སྟོགས་གཙང་སྟོགས་སུ་ཁ་གཏད་ནས་ལས་ཀ་འགོ་བཙུགས་ན་ལྟ་སྤྱོད་སྟེ་བརྒྱད་
 རྒྱུ་མཐའ་དང་ཕྱག་ཐུག་འགྲམ་འབྲུགས་ཡོང་མི་སྲིད་ཟེར། རེ་འུ་མིག་འདི་དག་གི་
 སྟོགས་མཚམས་བཅུ་གཉིས་ཡོད་པ་དེ་དག་རེ་རེ་ནང་དུ་ལོ་རེ་བཞིན་ས་བདག་
 རྒྱུ་མཐའ་གནས་སྟོར་ཞིང་ཡོད། ཉལ་བྱི་ལོ་རེ་བཞིན་ཤར་སྟོད། དེ་ནས་སྟོ་སྟོད།
 རུབ་སྟོད། བྱང་སྟོད་བཅས་ལ་བསྐྱོར་ཞིང་ཡོད། ཉལ་བྱི་མཚོན་བྱེད་ལ་བེ་དཀར་
 ནང་གི་མི་ལུས་བྱི་མགོ་ཅན། ལག་ན་མདུང་དར་བྱིར་བའི་གཟུགས་བརྟན་ཞིག་
 ཡོད་པ་དེ་རང་མོར་བཞག་ཡོད། སྟོགས་གཙང་ནི་ས་བདག་མེད་སའི་གནས་རེ་འུ་
 མིག་སྟོང་པ་དེ་རེད། ལས་དང་བྱ་བ་གང་བྱས་ན་དེའི་སྟོགས་སུ་ཁ་གཏད་ནས་
 ལས་འགོ་བཙུགས་པའི་སྟོགས་ཡིན། རེ་འུ་མིག་ནང་དུ་མཚུབ་མོས་སྟོགས་སྟོན་
 པའི་པར་རིས་ཤིག་བཞག་ཡོད། འདི་ནི་སྟོགས་གཙང་མཚོན་བྱེད་ཡིན། ཉལ་བྱི་
 དང་སྟོགས་གཙང་གནས་སྟོགས་ཀྱི་སྟེམ་ཚིག །

- * དེ་ཡང་ཉལ་བྱིའི་གནས་སྟོགས་ནི། བྱི་འབྲུག་སྟེལ་གསུམ་སྟོ་སྟོད་གནས། །
- བྱ་སྒྲུབ་སྟེལ་གསུམ་ཤར་སྟོད་གནས། །སྟག་རྟ་བྱི་གསུམ་བྱང་སྟོད་གནས། །
- ཕག་ལུག་ཡོས་གསུམ་རུབ་སྟོད་གནས། །
- * དེ་ནས་སྟོར་གཙང་གནས་སྟོགས་ནི། བྱི་བའི་སྟོར་གཙང་བྱང་ཤར་མཚམས། །
- སྒྲུབ་ལོར་སྟོ་སྟོད་རུབ་སྟོད་གཙང་། །སྟག་ལོར་སྟོ་སྟོད་རུབ་སྟོད་གཙང་། །
- ཡོས་ཀྱི་སྟོགས་གཙང་ཤར་སྟོ་མཚམས། །འབྲུག་ལོར་སྟོ་སྟོད་རུབ་སྟོད་གཙང་། །
- སྟེལ་ལོར་སྟོ་སྟོད་བྱང་སྟོད་གཙང་། །རྟ་ལོར་སྟོགས་གཙང་སྟོ་རུབ་མཚམས། །
- ལུག་ལོར་རུབ་སྟོད་བྱང་སྟོད་གཙང་། །སྟེལ་ལོར་ཤར་རུབ་བྱང་གསུམ་སྟོད་། །
- བྱ་ལོར་སྟོགས་གཙང་རུབ་བྱང་མཚམས། །བྱི་ལོར་ཤར་སྟོད་སྟོ་སྟོད་དང་། །
- བྱང་སྟོད་བཅས་ཀྱི་སྟོགས་སུ་གཙང་། །ཕག་ལོར་ཤར་སྟོད་སྟོ་སྟོད་གཙང་། །

བོད་ལྷགས་ཤར་རྩོ་རྒྱུ་བྱུང་དང་ཉལ་བྱི་གནས་བྱུགས་།

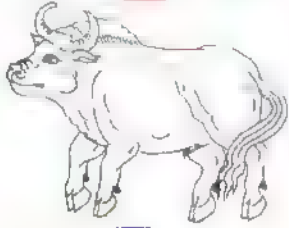


འདི་ལྷགས་ཀའང་མཚན་བྱེད་ཡིན།



ཉལ་བྱིའི་དཔེ་རིས།

རྩོ་མེར། འཕྲུ།	 མེར་ཕྱུང་། ཕྲུ།	མེ་ཤ། ཕྲུ།	མེ་ཤར། ཅང་གྲུ་ལྷན་འབྲེལ། ཕྲུ།
ས་འབྲུག འཕྲུ།			མི་མེད་། རང་རྩོ། ཕྲུ།
སྤྲུ་ཤོ་ཤར་གིང་། འཕྲུ།			རྩོ་ཤོ་ཤར་གིང་། ཕྲུ།
 ཕྲུ།	མེ་མེ་ཕྱུང་། ས་ཕྱུང་འཕྲུ་ལེན། ཕྲུ།	དུས་འཕྲུ་ལྷན་། ཕྲུ།	མེ་ཕྱུང་། མེ་ཕྱུང་། དམག་དཔོན་། མེ་ཕྱུང་། ཕྲུ།

མེ་ཤར་ས་འབྲུག འཕྲུ།	 ཕྲུ།	མེར་ཕྱུང་། ཕྲུ།	མེ་ཤ་མེ་ཕྱུང་། ཕྲུ་ཤར་། མེ་ཕྱུང་། ཕྲུ།
ས་ཕྱུང་འཕྲུ་ལེན།			 ཕྲུ།
ཉལ་བྱི་། འཕྲུ།			རྩོ་ཤོ་ཤར་རྩོ་། ཕྲུ།
མེ་མེ་ཕྱུང་། ཉལ་མེ་ དམག་དཔོན་། ཕྲུ།	དུས་འཕྲུ་ཤོ་མེད་། ཕྲུ།	མེ་ཕྱུང་། མེ་ཕྱུང་། ཕྲུ།	འབྲེལ་བྱི་ཕྱུང་། ཕྲུ།

མེ་བྱི་མེལ། ཤེས་པ།	ས་འབྲུག་ མེ་མེ།			མིན་པུང་། ས་ཀྱལ་བརྒྱ་གཅིག་ མེ་ཤུབ་
མང་གིང་། དི་མིང་། ཤེས་པ།				སྒྲུབ་པོ། མེ་བ། ཤུབ་པོ།
མེ་མེ་ཀྱལ་། ཤེས་པ།				 ཤུབ་པོ།
མེ་ཤར་ ཏུས་འཛིན། དམག་དཔོན། ཤུབ་པོ།	མེ་བྱི་མེ་ཤར་པོ། ཤུབ་པོ།		མི་མགོ། ཤུབ་པོ།	ཏྲང་མེར་འབྲེལ། རང་རྒྱ། ཤུབ་པོ།

 ཤེས་པ།	སྒྲུབ་པོ། མེ་མེ།		ས་འབྲུག་ མེ་མེ།	ཏྲང་མེར་ དི་མིང་། མེ་ཤུབ་
མེ་མེ་ཀྱལ་། ཤེས་པ།				 མིན་པུང་། ཤུབ་པོ།
ཏུས་འཛིན། ཤེས་པ།				 ས་ཀྱལ་བརྒྱ་གཅིག་ མེ་བ། ཤུབ་པོ།
མེ་བྱི་མེ་བྱི་མེལ། དམག་དཔོན། ཤུབ་པོ།	མིན་པོ། མི་མགོ། མང་གིང་། ཤུབ་པོ།		རང་རྒྱ། ཤུབ་པོ།	མེ་ཤར་འབྲེལ། ཤུབ་པོ།

ཐེ་ཐེ་རྒྱལ་ཏྲང་ཐེར། དམག་དཔོན། ཤལ་མེ	 མེལ།	 མེལ།	ཐེ་ཤར། ས་འཕུག མེལ་ཤར།
རྒྱལ་འཛིན། ཤལ་མེ			 ཤལ་མེ རྒྱལ་མེ
ཐེ་ཐིམ། སྤུ་ཤོ། ཤལ་མེ			ཐེ་ཐིམ། ཐེ་ཐིམ། ཤལ་མེ
འཕེལ། ཐིམ་མོ། ཤལ་མེ			ཐེ་ཐིམ། ཐེ་ཐིམ། ཤལ་མེ

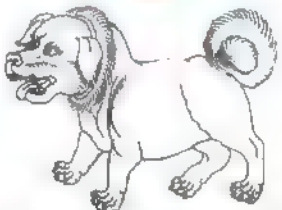
6

ཐེ་ཤར། རྒྱལ་འཛིན། དམག་དཔོན། ཤལ་མེ	ཐེ་ཐེ་རྒྱལ་ཏྲང་ཐེར། མེལ།	 མེལ།	ཐེ་ཐིམ། ཐེ་ཐིམ། ཤལ་མེ
ཐེ་ཐིམ། ཐེ་ཐིམ། ཤལ་མེ			ཐེ་ཐིམ། ཤལ་མེ
ཐིམ་མོ། ཤལ་མེ			ཐེ་ཐིམ། ཐེ་ཐིམ། ཤལ་མེ
ཏྲང་ཐེར། རང་རྒྱལ་འཕེལ། ཤལ་མེ			ཐེ་ཐིམ། ཐེ་ཐིམ། ཤལ་མེ

མེ་ཁྱིམ་ མེ་ཁྱི་ དམག་དཔོན་ འཕེལ་	དུས་འཛིན་ མེ་ཁྱི་ མེ་ཁྱི་	མེ་ཁྱིམ་ མེ་ཁྱི་ མེ་ཁྱི་	མེ་ཁྱི་ མེ་ཁྱི་ མེ་ཁྱི་
མེ་ཁྱི་ མེ་ཁྱི་ འཕེལ་	མེ་ཁྱི་ མེ་ཁྱི་ འཕེལ་	མེ་ཁྱི་ མེ་ཁྱི་ འཕེལ་	མེ་ཁྱི་ མེ་ཁྱི་ འཕེལ་
མེ་ཁྱི་ མེ་ཁྱི་ འཕེལ་	མེ་ཁྱི་ མེ་ཁྱི་ འཕེལ་	མེ་ཁྱི་ མེ་ཁྱི་ འཕེལ་	མེ་ཁྱི་ མེ་ཁྱི་ འཕེལ་
མེ་ཁྱི་ མེ་ཁྱི་ འཕེལ་	མེ་ཁྱི་ མེ་ཁྱི་ འཕེལ་	མེ་ཁྱི་ མེ་ཁྱི་ འཕེལ་	མེ་ཁྱི་ མེ་ཁྱི་ འཕེལ་

ཉོང་མེས་ རང་ན་ མང་གིང་འཕེལ་ འཕེལ་	 ཁྱི་མོ་ མེས་	མེ་ཁྱི་ མོན་པ་ མེས་	མེ་མེས་ དམག་དཔོན་ དུས་འཛིན་ མེས་
 འཕེལ་ 		མེ་མེ་ཚུལ་ འཕེལ་  འཕེལ་	
མེ་མེ་མེ་ འཕེལ་ མོན་པུང་ མ་ཚུལ་འཕེལ་གཅིག འཕེལ་	 འཕེལ་ 	མ་འཕེལ འཕེལ་	མེ་ཁྱི་ མེ་ཁྱི་ འཕེལ་ འཕེལ་

མེ་མེས་འཕེལ་ འཕེལ་	རང་ན་ མེས་	མོན་པ་ ཁྱི་མོ་ མ་ཚུལ་འཕེལ་གཅིག མེས་	མེ་ཁྱི་ མེ་ཁྱི་ དམག་དཔོན་ མེ་ཁྱི་ མེ་ཁྱི་ འཕེལ་
མེ་མེ་ མང་གིང་ འཕེལ་ 		མེ་མེ་ཚུལ་ འཕེལ་	འཕེལ་ 
མོན་པུང་ འཕེལ་ 	མ་འཕེལ འཕེལ་ 	མེ་མེ་མེ་ འཕེལ་	 འཕེལ་

མེ་ཤར། མེ་བྱ། ས་རྒྱལ་བརྒྱ་ལྷོ་ལྷོ་ ཕ་ལྷོ་	 ཕ་ལྷོ་	མྱོན་པོ། སེ་མེར། རང་རྒྱ། ཕ་ལྷོ་	འཕྲེལ། ཁྱི་མགོ། ཕ་ལྷོ་
མྱོན་པོ་ ཕ་ལྷོ་			མེ་བྱ། སྒྲུབ་པོ། ཕ་ལྷོ་
 ཕ་ལྷོ་			རྒྱལ་འཛིན། ཕ་ལྷོ་
མེ་ཤར། ས་འཕྲུག མེར་གྱིར། ཕ་ལྷོ་	 ཕ་ལྷོ་	ཕ་ལྷོ་ ཕ་ལྷོ་	མེ་མེ་རྒྱལ། རྒྱུ་མེར། དམག་དཔོན། ཕ་ལྷོ་

མྱོན་པོ། སེ་མེར། ཕ་ལྷོ་	སྒྲུབ་པོ། མེར་གྱིར། མེ་ཤར། ཕ་ལྷོ་	ཕ་ལྷོ་ ཕ་ལྷོ་	རྒྱུ་མེར། རང་རྒྱ། འཕྲེལ། ཕ་ལྷོ་
 ཕ་ལྷོ་			ཁྱི་མགོ། ཕ་ལྷོ་
ས་འཕྲུག ཕ་ལྷོ་			རྒྱལ་འཛིན། ཕ་ལྷོ་
མེ་བྱ། མེ་ཤར། ཕ་ལྷོ་	ས་རྒྱལ་བརྒྱ་ལྷོ་ལྷོ་ ཕ་ལྷོ་	མེ་མེ་རྒྱལ། ཕ་ལྷོ་	མེ་ཤར། རྒྱལ་འཛིན། དམག་དཔོན། ཕ་ལྷོ་

ཟླ་གཟའ་དང་གཤེད་བཟའ་རྟག་ཐབས།

2022.4.30

ཁ་སང་ངས་ལོ་བསྐྱར་བརྒྱ་གཉིས་གྱི་རེའུ་མིག་དང་དེ་རེ་རེ་ལ་སྟོགས་མཆོམས་བརྒྱ་གཉིས་གྱི་རེའུ་མིག་ནང་དུ་ས་བདག་རྣམས་བཀོད་ཅིང་ལོ་དེའི་ཉལ་བྱི་དང་སྟོགས་གཙང་གནས་སྟོགས་དཔེ་རིས་བཅོས་པ་དེ་བྱ་ཐོག་དུ་བཏང་རྗེས། ལ་རིའི་ཡུལ་དུ་ངའི་སྟོགས་པོ་ཆོས་དབྱིངས་སུ་མཆོག་མཆོག་གིས་བའི་སྣ་རྩེ་ཞིག་ཡོད་པ་ཁོང་གིས་གསུང་པར། ང་ཆོ་མོད་རིགས་རྣམས་གྱི་དམངས་ཁྲོད་དུ་རང་རང་གི་སྟོག་གཟའ་དང་། ཟླ་གཟའ། གཤེད་གཟའ་བཟའ་བ་དེ་གང་ཡིན་བལྟ་རྒྱུ་དེ་དར་སྟོལ་ཆེན་པོ་དང་། དགའ་ཞིན་ཆེན་པོ་ཡོད་སྟབས་དེ་དག་ཡི་གེ་མི་ཤེས་མཁན་རྣམས་གྱིས་ཀྱང་བལྟ་ཆོག་པའི་དཔེ་རིས་ཅན་ཞིག་བཅོས་ན་ཉ་ཅང་ཕན་ཐོགས་ཆེན་པོ་ཡོད་ས་རེད། དཔེར་ན། ཨྱི་རྒྱལ་བས་ཟས་ཁང་དང་། མགོན་ཁང་། གསང་སྡོད་སོགས་གང་དུ་ཡོད་པ་ཡི་གེ་མི་དགོས་པ་རི་མོ་ལ་བལྟ་ཆོག་པ་དེ་འདྲ་ཞིག་བཅོས་ན་བཟའ་། བསམ་འཆར་དེ་ལ་བརྟེན་ནས་ངས་འདི་འདྲ་པོ་ཞིག་བཅོ་འདོད་བྱུང་།

གནའ་བོའི་དུས་སུ་དམངས་ཁྲོད་དུ་ཡི་གེ་སྡོད་པ་དར་བྱབ་མ་ཕྱིན་པའི་སྐབས་སུ་ཞང་ཞུང་ཆུན་པོའི་ངག་རྩིས་དང་། ཆུན་མོ་བལ་མའི་ལྷ་རྩིས་བཟའ་བ་དེ་དག་གི་ཡུགས་ལ་རི་མོ་ཁོ་ན་ལ་བརྟེན་པའི་ལོ་ཐོ་བཅོས་ཡོད་པའི་སྟོལ་དེ་དུས་ཕྱིས་བར་དུ་རིག་གནས་དར་རྒྱས་པའི་ཡུང་ལྷག་གི་དམངས་ཁྲོད་དུ་བེད་སྡོད་བྱེད་སྟོལ་གནས་ཡོད། ཟླ་བ་གཅིག་གི་ཉིན་ཞག་སུམ་ཅུ་མཆོན་བྱེད་དུ་རེའུ་མིག་ཡིང་ཆེ་སུམ་ཅུ་རེས་གྱི་གཟའ་རྣམས་མཆོན་བྱེད་དུ་གཟའ་ཉི་མ་ལ་ཉི་མའི་གཟུགས། ཟླ་བ་ལ་ཟླ་གཟུགས། མིག་དམར་ལ་མིག་ལྷག་པ་ལ་ལག་པ། སུར་སུ་ལ་སུར་པ། པ་སངས་ལ་ལྷགས་ཡུང་དང་། ལོ་ཐོ་རྩིང་པ་འགའ་ཞིག་ལ་རལ་གྱི་བྱིས་པའང་སྤང་། སྟོན་པ་ལ་རི་དང་། འགའ་ཞིག་ལ་པོ་མཆོན་བྱིས་པའང་སྤང་། དེ་བཞིན་དུ་རྒྱ་སྐར་ཉེར་བརྒྱད་ལ་སོ་སོའི་གཟུགས་དང་། གཟའ་སྐར་འཕྲོད་སྡོད་བཟང་ངན་མཆོན་བྱེད་ལ་རྟགས་སོ་སོ་ཡོད་པ་ཞིག་རེད། དུས་འཁོར་སྐར་རྩིས་

ཐོད་རུ་མ་དར་པའི་ཐོད་རུ་ཐོད་ཀྱི་དམངས་ཁྲོད་རུ་ཡོངས་བྱལ་གྱི་ལོ་ཐོ་འདི་ལྟ་
བྱ་ཞིག་ཡོད་སྟེ། དེ་ནས་རུས་འཁོར་སྐར་ཅིས་ཐོད་ཡིག་རུ་བསྐྱར་ཞིང་སྐྱར་
དགོད་འཕྲི་སྟོན་ཅན་གྱི་ཨང་ཅིས་གྱི་ལོ་ཐོ་འདི་དར་ནས་ཆེད་སྦྱོང་གི་རིག་གནས་
ཡོད་པའི་ཡོན་ཏན་པ་མ་གཏོགས་ལོ་ཐོ་དེ་བལྟ་མི་ཤེས་པར་ཟུར། དེ་སྐོར་ནས་
ཐོད་ཀྱི་སྤྱི་ཚོགས་ནང་རུ་ཡོན་ཏན་ཅན་དང་ཡོན་ཏན་མེད་པའི་མི་གཉིས་གྱི་བར་
ལ་འཆོ་བའི་ཁ་ཐག་རྗེ་རིང་རུ་སོང་། ཆོས་སྤྱིད་བྱུང་འབྲེལ་གྱི་སྤྱིད་གཞུང་ཆགས་
ནས་སྤྱི་མ་དང་ཡོན་ཏན་ཅན་རྣམས་གོང་རུ་བཀྱར། ཡོན་ཏན་མེད་པའི་མི་སེར་
དཔུས་མ་དེ་དག་མར་གྲལ་མཐར་བུད་དེ་ཡོན་ཏན་ཅན་དང་ཡོན་ཏན་མེད་པ་
གཉིས་འཆོ་བ་མཉམ་རུ་སྦྱོང་པའི་གོ་སྐབས་རྗེ་བྱུང་བྱུང་། དེ་ནས་ཐོད་ཀྱི་རིག་
གནས་དེས་མི་ཡོན་ཏན་དང་། འབྱོར་ལུན་རྣམས་མ་གཏོགས་མི་སེར་དཔུས་མ་
ལ་ཕན་ཐོགས་ཆེན་པོ་མེད་པའི་སྤྱི་ཚོགས་ཤིག་ཆགས་ཡོད་སྟབས། དགོན་པའི་
རིག་གནས་དར་བྱལ་ཆེ་བའི་ས་ཆ་རྣམས་སུ་རུས་འཁོར་སྐར་ཅིས་དང་ཞང་ཞུང་
གི་འབྱུང་ཅིས་འདྲེས་མའི་ལོ་ཐོ་རྒྱས་བཤད་ཅན་འདི་བེད་སྦྱོང་བྱེད་སྟོལ་ཆགས།
འདི་ནི་མི་སེར་དཔུས་མས་བལྟ་ཡང་མི་ཤེས་ལ་བལྟ་ཤེས་ནའང་ལག་རུ་ལོན་
པའི་གོ་སྐབས་དགོན་པས་གནའ་བོའི་རི་མོའི་ལོ་ཐོ་རྒྱིང་པ་འདི་རིགས་དགོན་པ་
བྱུང་ས་དང་། དགོན་པ་ཡོད་ཀྱང་སྤེའབངས་དང་རྩུང་ཁ་ཐག་རིང་སའི་ཐོད་ཀྱི་
ས་མཐའ་རྣམས་སུ་སྤྱི་ལོའི་རུས་རབས་བཅུ་དགུ་པའི་མཇུག་དང་། ཉི་ཤུ་པའི་
འགོ་ཅམ་གྱི་བར་རུ་བེད་སྦྱོང་བྱས་ཡོད་པར་མཐོང་། དཔེར་ན། དེང་རུས་ལན་
ལྷན་ལོག་ལོག་རང་སྦྱོང་བྱུང་གྱི་སྤྱི་ལོ་དང་། ལུ་མའི་ས་བྲལ། དེ་བཞིན་དཀར་
མངོས་བྲལ་གྱི་བརྒྱུད་ཟེལ་རྫོང་དང་། དར་མདོ་རྫོང་གི་མགོ་ཐང་སོགས་སུ་ཉར་
ཆགས་བྱས་པའི་རི་མོའི་ལོ་ཐོ་རྒྱིང་པ་དེ་འདྲ་བཅོས་བསྐྱར་སྟོ་འབྲེད་སྐབས་སུ་
མཐོང་ནས་ལག་སོན་བྱུང་ཞིང་ཞིབ་འཇུག་གི་གོ་སྐབས་ཐོབ་པ་རེད། རིག་གནས་
རྒྱིང་པ་དེ་ཐབས་ཤེས་གསར་པ་ཞིག་དང་སྐྱར་ནས་བེད་སྦྱོང་བྱེད་ཐབས་ཤིག་
བཟོས་ཡོད་པ་ནི། ཐོག་མར་རི་མོ་འདི་དག་གང་ཞིག་མཆོན་བྱེད་ཡོན་པ་རོ་སྦྱོང་
ཞུ་བར། རུས་རྒྱན་དམངས་ཁྲོད་རུ་དགོས་མཁོ་ཆེ་བའི་གང་ཟག་སོ་སོའི་སྟོག་

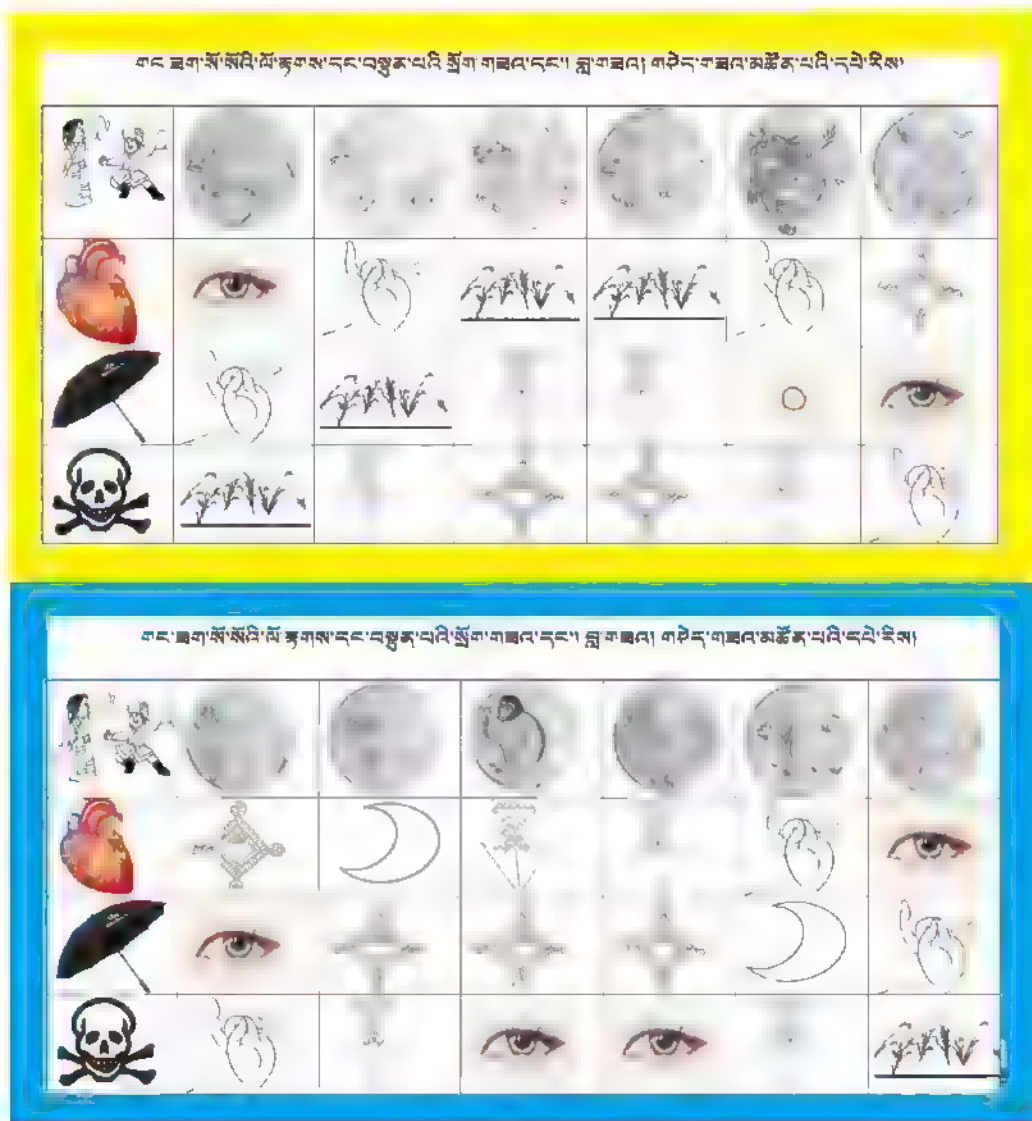
གཟུང་དང་། སྤྱོད་གཟུང་། གཤེད་གཟུང་ནམས་གང་ཡིན་བརྟག་ཐབས་ལ། བྱི་བ་
ལ་སོགས་ལོ་བསྐོར་བརྟུ་གཉིས་མཆོན་བྱེད་ལ་རྒྱན་ལྷན་གྱི་ལོ་བསྐོར་བརྟུ་གཉིས་
གྱི་རང་གཟུགས་བྲིས་ཡོད།

༥ གཟུང་བརྟུན་མཆོན་བྱེད་ལ་གོང་དུ་གསལ་བཤད་ལྟར། ཉི་མ། ཟླ་བ་གཉིས་
རང་གཟུགས། མིག་དམར་ལ་མིག་ལྷག་པ་ལ་ལག་པ། སྤར་བུ་ལ་སྤར་པ། པ་
སངས་ལ་ལྷགས་ལྷང་། སྤོན་པ་ལ་རི་པོ་བཅས་བྲིས་ཡོད།

༦ གཞོན་ལྷ་པོ་མོ་ཆ་གཅིག་འདི་བཙེ་བྱའི་གང་ཟག་མཆོན་བྱེད། སྤྱིང་འདི་སྟོག་
གཟུང་མཆོན་བྱེད། ཆར་གཏུགས་འདི་སྤྱོད་གཟུང་མཆོན་བྱེད། རྩལ་འཕྱར་དུག་
ལྷན་མཆོན་བྱེད་རི་མོ་ཐོང་སྐམ་འདི་གཤེད་གཟུང་མཆོན་བྱེད་ཡིན། རི་མོ་འདི་
དག་ནི་གནའ་བོའི་སྟོལ་རྒྱན་རིག་གནས་ནང་དུ་མེད་ཀྱང་། ཁོ་བོས་གསར་དུ་
བཅོས་པའི་དཔེ་རིས་ཞིག་ཡིན། ༡ དེ་ལ་སྟོག་གཟུང་མཆོན་བྱེད་དུ་སྤྱིང་བཞག་
དགོས་པའི་རྒྱ་མཆོན་དེ། སྤྱིང་ནི་སྟོག་རྒྱང་དང་བྱངས་ཁྲག་གི་ལྷེ་བ་ཡིན་ཞིང་
སྟོག་གི་རྩ་བ་ཡིན་པས་ན་སྟོག་གཟུང་མཆོན་བྱེད་དུ་བཞག་ཡོད། ༢ སྤྱིང་སྟོག་
གི་སྤྱང་མ་ཡིན་པས་ཆར་གཏུགས་ནི་སྤྱོད་གཟུང་མཆོན་བྱེད་ཡིན། དེའང་དེང་
རབས་རིག་གནས་ནང་དུ་དཔུལ་ཁང་ལ་སོགས་པའི་གུད་སྤྱང་གི་ཡུལ་མང་པོ་
ཡོད་པ་དེ་དག་ཆང་མ་ལ་གུད་སྤྱང་མཆོན་བྱེད་ཆར་གཏུགས་བཞག་ཡོད་པ་ལྟར་
འདིའང་རྒྱལ་སྤྱིའི་འགྲོས་དང་བསྐྱུན་ཏེ་བཞག་ཡོད། ༣ དུག་ལྷན་ཐོང་སྐམ་རི་མོ་
ནི་སྟོག་གི་གཤེད་མ་སྟེ། སྟོག་གཅོད་བྱེད་ཡིན་པའི་སྤྱིར་ན་འདིར་གཤེད་གཟུང་
མཆོན་བྱེད་བཞག་ཡོད།

༧ དཔེར་ན། གང་ཟག་གང་ཞིག་བྱི་བ་ལོ་པ་ལ་མཆོན་ན། རེའུ་མིག་འདིའི་འོག་
གི་ཐད་ཀར་ཡོད་པའི་རི་མོ་མིག་དང་། མིག་གི་མདུན་གྱི་ཐད་ཀར་སྤྱིང་ཡོད་པ་
དེ་བྱི་བ་ལོ་པའི་སྟོག་གཟུང་མིག་དམར་ཡིན་པ་མཆོན་བྱེད། འོག་ཐོང་གཉིས་པ་
ལ་ལག་པ་དང་། དེའི་མདུན་ན་ཆར་གཏུགས་ཡོད་པ་དེ་བྱི་བ་ལོ་པའི་སྤྱོད་གཟུང་

① གུད་སྤྱང་། རྒྱ་སྐད་དུ། 保險



སངས་རྒྱས་ཀྱི་སྤྱལ་པ་ཡིན་ན་མི་ཡིན་མི་དགོས།

2022.5.10

ཁྱིའི་མིང་།	Patron	ཐེ་ཁྲོན།
ཁྱི་བདག་གི་མིང་།	Mykhailo	མེ་ཁོ་ལོ།
ཁྱི་རིགས།	Jack Russell	ལྷ་བ་ཀི་རག་སོ།

ཡུག་ཁེན་རན་གྱི་ཁྱི་ཡུག་ཅིག་གིས་སྤེའི་ཇི་གསང་ཚོན་པོ་ལ་བརྟེན་ནས་ལྷ་ཏུ་
 སོག་དམག་མིས་ས་འོག་ཏུ་སྤྲས་པའི་འགད་རྩལ་ཉིས་བརྒྱ་ལྷག་ཙམ་ཞིག་རྟེན་
 ཡོད་འདུག །དེས་ཡུག་ཁེན་གྱི་མི་དམངས་ཀྱི་ཆེ་སློག་ལ་སྤྱད་སྦྱོབ་ཆེན་པོ་བྱུང་
 ཡོད་སྟབས། ཡུག་ཁེན་གྱི་སྤྱི་ཚོང་རྩི་ལེན་ས་ཁོང་གིས་ཁྱི་དང་ཁྱི་བདག་ལ་
 ཡུག་ཁེན་གྱི་འབངས་མིའི་ཆེ་སློག་སྤྱད་སྦྱོབ་ཆེད་ཏུ་བྱས་རྒྱུ་ལ། རྒྱལ་ཁབ་
 རིམ་པའི་གཞིངས་བསྟོད་དང་། བྱ་དགའ་གནང་ཡོད་འདུག །ཅིས་ཏུ་ཐེར་སའི་
 གསར་འགྱུར་^①ལས་གསལ།

པོད་རིགས་སྤྱན་རླུ་རྣམ་པ་ཉོན་ཅིག །སངས་རྒྱས་དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་
 དཔའི་སྤྱལ་པ་ཡིན་ན་མི་ཡིན་དགོས་པའི་དེས་པ་མེད། སངས་རྒྱས་བྱང་
 སེམས་རྣམས་ནི་སེམས་ཅན་སྤྱག་བསྐལ་ཅན་རྣམས་ལ་ཕན་འདོགས་པའི་
 ཆེད་ཏུ་གང་ལ་གང་འདོད་པའི་གཟུགས་སུ་སྤྱལ་ནས་ཕན་པ་སྤེར་བའི་སྐོར་
 རྒྱལ་སྤྱོད་ཞི་བ་ལྟའི་སྦྱོད་འཇུག་ལས།

བདག་ནི་མགོན་མེད་རྣམས་ཀྱི་མགོན། །
 ལམ་ཞུགས་རྣམས་ཀྱི་དེད་དཔོན་དང་། །
 བཀལ་འདོད་རྣམས་ཀྱི་གྲུ་དང་ནི། །
 གཞིངས་དང་ཟམ་པ་ཉིད་ཏུ་གྱུར། །

^① 路透社。གསར་འགྱུར་ལས་ཁབ་གི་མིང་།

སྤྱི་དོན་གཉེར་ལ་སྤྱི་དང་ནི།
མར་མེ་འདྲོད་ལ་མར་མེ་དང་།
གནས་མལ་འདྲོད་ལ་གནས་མལ་དང་།
བདག་ནི་ལུས་ཅན་བླ་འདྲོད་པ།

ཀུན་གྱི་བླ་ཏུ་འགྱུར་བར་ཤོག།
ཡིད་བཞིན་ནོར་དང་བྱམ་པ་བཟང་།
རིག་སྤྲུགས་གྲུབ་དང་སྦྲན་ཆེན་དང་།
དཔག་བསམ་གྱི་ནི་ཤིང་དག་དང་།

ལུས་ཅན་རྣམས་ཀྱི་འདྲོད་འཇོར་གྱིར།
ས་སོགས་འབྱུང་བ་ཆེན་པོ་དང་།
ནམ་མཁའ་བཞིན་ཏུ་རྟག་པར་ཡང་།
སེམས་ཅན་དཔག་ཏུ་མེད་པ་ཡི།

རྣམ་མང་ཉེར་འཛིན་གཞིར་ཡང་ཤོག།
དེ་བཞིན་ནམ་མཁའི་མཐས་གཏུགས་པའི།
སེམས་ཅན་ཁམས་ལ་རྣམ་ཀུན་ཏུ།
ཐམས་ཅད་མུ་དན་འདས་བར་ཏུ།
བདག་ནི་ཉེར་འཛིན་རྒྱུར་ཡང་ཤོག།

འདི་ནི་སངས་རྒྱས་སྤྱུལ་པ་ཟེར་བ་དེ་རྒྱ་བརྒྱལ་འདྲོད་ཅན་ལ་གྲུ་གཟིང་
དང་བཟུང་པ། མྱོད་གནས་མེད་མཁའ་ལ་གནས་མལ། ལུན་ནག་ནང་ཏུ་མར་
མེ། རྟ་པ་ལ་སྦྲན། དབུལ་པོ་ལ་བས་གོས། མདོར་ན་སེམས་ཅན་རྣམས་
སྤྲུག་བསྐྱེད་ལས་སྦྱབས་པའི་ཆེད་ཏུ་གང་ལ་གང་དགོས་ཀྱི་གཏུགས་སུ་སྤྱུལ་

ནས་མགོན་སྐྱབས་བྱེད་པར་གསུངས། དེ་ལྟར་ན་གྱི་འདི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་སྤྱལ་
 པ་ཡིན་མིན་ཐེ་ཚོམ་ཅི་ཡོད། དེར་དུས་བོད་ལ་ཡོད་པའི་སྤྱལ་རྣམས། བྱི་
 མཐོན་པོ་ཞིག་གི་ཐོག་དུ་འདུག་ཅིང་མི་དམངས་རྣམས་ལ་མིག་ལོང་བ་དང་།
 རྩ་བ་འོན་པ། གྲང་པ་སྤྱགས་པར་འགྱུར་བའི་ཐབས་ལྟ་བུའི་ཚོས་བཤད་དང་།
 སྤྱོད་གསུམ་བྱེད་མཁན་འདི་དག་ནི་ནང་པ་སངས་རྒྱས་པའི་ལྷགས་ཀྱི་སངས་
 རྒྱས་དང་། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་སྤྱལ་སྤྱི་མིན་པ་ཐག་ཆོད། ང་ཚོ་ཆང་མ་
 སོ་སོའི་སྤྱི་བོ་ཡིན་སྐབས། རྒྱལ་བའི་བཀའ་བསྟན་གཞུང་དུ་གསུངས་པའི་
 སྤྱལ་སྤྱིའི་མཆན་ཉིད་དེ་ཆང་ཡོད་ན་སྤྱལ་སྤྱི་ཡིན་པ་དང་། མཆན་ཉིད་དེ་
 ཆང་མེད་ན་བདུད་ཀྱི་སྤྱལ་པ་ཡིན་པར་རྗེས་དཔག་གི་སྒོ་ནས་ཐག་གཅད་པ་
 ལས་ཐབས་མེད། །



དཔལ་ལྷན་མཁན་པོ་སློ་ཚལ་མཚན་ལ་རྒྱུ་བྱ།

2022.5.29

དལ་འབྱོར་རྟེན་བཟང་ཨ་ལོ་སྤང་བྱ་བ་ཞེས། །
རིགས་ཀྱི་ས་བོན་ཨ་མའི་པང་ནས་སང། །
བསྐྱབ་གསུམ་མུ་གུ་གཞོན་ཅུའི་ལུས་ལ་བཀྲ། །
བྱར་སྤྱི་ལྷུ་མཚན་བྱས་ཀྱི་མཐའ་བྱ་བ་སྤྱིངས། །

གཟུགས་གཤམ་འབྱུགས་གསུམ་ཕྱག་གི་ཆེ་ན་འབྱུང། །
བརྗོད་གཞུང་ལུགས་ལྷགས་ཀྱི་གཤིས་ལ་གནས། །
སྟན་པའི་རག་སྦྱོར་མགིན་པའི་ཚལ་ལ་རྒྱུགས། །
གངས་རྒྱུངས་མཁས་པའི་དཔལ་ཀྱན་བྱིད་ལ་འདུས། །

སྤྱིད་པའི་བདེ་ལུག་ལོ་སྤྱོར་སྤང་སྤྱོར་བརྟག། །
གོ་ལའི་སྤྱི་འགྲོས་ཤར་ཅུབ་ཅིས་ཀྱིས་གཞུགས། །
ཉི་སྤྱོར་གངས་ལས་བྱས་བཞིའི་འབྱུར་བ་རྟེན། །
འབྱུར་འབྱུར་མདོན་སུམ་རྟོགས་པའི་ཚན་རིག་པ། །

གཡུ་ཐོག་དགོངས་པ་རྒྱུད་བཞིའི་སྤྱོད་ནས་རྟེན། །
མན་རག་ལག་ལེན་བྱར་མཁར་བྱ་དཔོན་ལུགས། །
སྤྱིགས་མའི་བྱས་སུ་སྤྱོན་པའི་བརྟུལ་ལུགས་འདྲིན། །
འཇམ་མགོན་སྤྱོད་མའི་སྤྱིན་ལས་བྱིད་ཀྱིས་བསྐྱུངས། །

བསྐྱབ་གསུམ་གསེར་གྱི་ཅོད་པན་དབུ་ལ་གསོལ། །

སྒྲིམ་གསུམ་དངུལ་གྱི་གདུབ་བྱས་ཕྱག་ཞབས་བརྒྱན། །
གཞི་གསུམ་རིན་ཆེན་དོ་ཤལ་མགུལ་དུ་འཕྱངས། །
ནམ་དག་འདུལ་ཁྲིམས་གཙང་མས་སྤྱི་ནས་མཛེས། །

སྒོན་འཇུག་ཐུགས་བསྐྱེད་སྒྱིང་གི་པར་བཞད། །
རྒྱལ་སྲས་སྤྱོད་པའི་ཡལ་འདབ་སྤྱོགས་ཀྱན་བྱབ། །
ཉམས་ཐག་གང་དེར་སྒྱིང་རྗེའི་ཆར་གྱིས་བརྒྱན། །
གཞན་ཕན་བྱང་སེམས་སྤྱོད་པས་ནང་ནས་མཛེས། །

སྤྱབ་པའི་ཕྱེ་རུ་དབང་བཞིའི་རྩལ་ཉམས་རྫོགས། །
བསྐྱེམས་པའི་བདེ་དྲོད་དགའ་བཞིའི་ལང་ཚོ་རྒྱས། །
བསྐྱེད་རྫོགས་བརྟན་པ་འཛིན་མེད་སྤྱོད་ནས་ཐོབ། །
ཟབ་ལམ་སྤགས་ཀྱི་རྣལ་འབྱོར་གཤིས་ལ་མཛེས། །

དབུ་ཕལ་གཉིས་གྱིས་ངེས་དོན་སྒྱིང་པོ་བཅལ། །
འདུལ་མཛོད་གཉིས་ཀྱི་སྤྱི་ཚོགས་དཔལ་ཡོན་བརྟག། །
ཀ་པོད་བཞི་ལ་སྤྱོད་སྤྱོད་བྱང་འབྲེལ་མཁས། །
བཀའ་བརྒྱད་ཁྲི་ལ་མཁན་ཆེན་སྤོ་ཚས་གྲགས། །

རྒྱད་སྒྲའི་དགོངས་དོན་ངེས་དོན་མཐའ་ཐུག་བཀྲལ། །
སྤ་མེད་རྒྱད་གཞུང་བརྟག་གཉིས་ཐུགས་སྤྱ་སྤྱུལ། །
ཟབ་མའི་གདམས་པས་རྒྱང་སེམས་གནད་དུ་བཅིངས། །
མེས་པོའི་པ་ཚོས་ནང་བརྟག་རྒྱད་གསུམ་འཛིན། །

དྲག་པོའི་དཔུང་གིས་གྲལ་མཐར་ཐུད་པ་དང་། །

མཁམ་པའི་ཚླགས་གྱིས་གཙུག་ཏུ་བཀྱར་བ་གཉིས། །
དགའ་སྤྱད་ཉམས་འགྱུར་བཞིན་ལ་མི་མཛོན་པ། །
བདེ་སྤྱད་རོ་སྟོམས་འཛིན་པའི་རྣལ་འབྱུར་དངོས། །

དཔོན་རིགས་མདུན་ལ་ཆེ་བསྟོད་མི་མཁམ་གྱང་། །
སྟོབ་ཚླགས་དབུས་ན་སྟན་ངག་སྤྲེལ་བའི་དབང་། །
མང་པོའི་དབུས་ན་དམན་པའི་བརྒྱལ་ཁྱེད་ཅན། །
མཚོག་དམན་རོ་སྟོམས་འཛིན་པའི་རྣལ་འབྱུར་པ། །

དད་པའི་སེམས་གྱིས་བསྟོད་པ་མ་བྱས་ཤིང་། །
སྤང་བའི་སེམས་གྱིས་སྤྲེལ་པའང་བྱས་མིན་པར། །
རང་གི་མཛོང་ཐོས་བརྗོད་པའི་སྟན་ཚུལ་འདི། །
རྗེས་འཛིན་སྟོབ་གྲོགས་ཚླགས་ལ་དབྱེད་གཞིར་ལུལ། །

ཞེས་པ་གྱང་གོའི་ཐོད་བརྒྱད་མཐོ་རིམ་ནང་བསྟན་སྟོབ་སྤྲེལ་གི་སྟོབ་དཔོན་ཆེན་མོ། དུགས་པ་
བཀའ་བརྒྱུད་པའི་མཁན་ཆེན་ཤུག་འཛིན་དཔེ་སྟོང་བསྟོད་ནམས་རྒྱ་མཚོ་མཚོག་གི་ཞལ་སྤྱན་
བདག་ཅག་ནམས་ལ་བཀའ་དྲིན་ཅན་གྱི་དཔེ་ཆ་སྟོབ་ཚུལ་རྗེས་དྲན་གྱི་སྟན་ཚུལ་ཞིག་འབྲི་
དཔོས་པའི་བཀའ་ཕེབས་སྤྱི་ཐོར་འབྱུར་བའི་ལན་དུ། ཐོད་གྱི་སྟན་ངག་སྤྲེལ་བའི་རྒྱལ་ཁྱེད་པ་
ཐུབ་བསྟན་ཐུན་ཚླགས་དེས། རྒྱ་སྤྱད་ནག་ཁྲའི་ཆོས་ཉེར་དགུ་མཐོན་པོར་ཕྱིན་སྤྱལ་གྱི་ཉིན་
མོར། ལྷོ་ལོ་༡༠༢༤ལོའི་ཟླ་བ་ལྷ་པའི་ཆོས་ཉེར་དགུ་ཉིན། རྒྱ་ནག་ཁྲིམ་ཏུའི་གྲོང་གི་སྟོན་ལ་མི་
རིགས་སྟོབ་གྲོ་ཆེན་མོའི་རང་ཤགས་ནས་སྤྲིངས། །

དགེ་ཚུལ་སྤྱོད་ཀྱིས་ཞབས་ཁྲོ་འབྲུག་པ་ནི་འབྲུག་ཚུལ་དང་འགལ།

2022.6.11

ནམ་མཁའི་ཚོར་བུའི་ལུས་སྦྱང་གི་ཞབས་ཁྲོ་དང་། ཡ་གསེར་གཉིས་ཀྱི་
 ཚོས་སྟོ་གཉིས་ཐ་དད་པ་ཞིག་རེད། ༡ རོ་བོ་ཐ་དད་པ་ནམ་མཁའི་ཚོར་བུའི་
 ལུས་སྦྱང་གི་ཞབས་ཁྲོའི་ནང་དོན་ནི་དེར་རུས་པོད་ནང་རུ་དར་བྱལ་ཆེ་བའི་
 ཡ་སྦྱང་དང་། ཨ་ལན་ཟླ་བ་སྟོན་མ་སོགས་ཀྱི་སྤྱ་གཞས་གསར་པ་ནམས་དང་
 ཞབས་ཁྲོ་སྦྱར་བའི་ལུས་སྦྱང་ཞིག་རེད། ཡ་གསེར་གཉིས་ཀྱིས་ཞབས་ཁྲོའི་
 ནང་དོན་ནི་ཚོས་ཚོགས་ཁོ་ན་རེད། ༢ ནམ་པ་ཐ་དད་པ་ནི། ནམ་མཁའི་ཚོར་
 བུའི་ལུས་སྦྱང་ཞབས་ཁྲོ་འབྲུག་མཁན་ནི་སྤྱི་ཚུལ་བ་སྤྱོད་པོ་ཕོ་མོ་མ་གཏོགས་ལྷ་
 སེར་མོའི་རིགས་གཅིག་ཀྱང་མེད། གསེར་ཡ་གཉིས་ཀྱི་ཚོས་ཁྲོ་འབྲུག་མཁན་
 ནི། དགེ་འདུན་པ་དང་སྤྱོད་པོ་ཕོ་མོ་བྱུང་འབྲེལ་གྱིས་འབྲུག་པའི་ལུགས་སྟོལ་
 ཞིག་རེད། ༣ དུལ་ཐ་དད་པ་ནི། ནམ་མཁའི་ཚོར་བུའི་ལུས་སྦྱང་ཞབས་ཁྲོ་
 འབྲུག་སའི་ཡུལ་ནི་ལུས་ཚུལ་གྱི་ར་བ་ནང་རུ་རེད། གསེར་ཡ་གཉིས་ཀྱིས་ཚོས་
 ཁྲོ་འབྲུག་ས་དགོན་པའི་ལྷ་ཁང་ནང་རུ་རེད།

དེ་རིང་ངས་རྒྱས་པོ་བསམ་བཟང་ཅན་གྱི་ཁ་བད། ཞེས་པའི་སྒྲ་སྐམ་ཞིག་
 ཉོན་པ་ཡིན། དེའི་ནང་རུ་དེར་རུས་ཚོས་དང་མི་མཐུན་པའི་ཚོས་སྤང་གི་ལས་
 དགོན་པའི་ནང་རུ་དགེ་འདུན་པ་ནམས་ཀྱིས་སྟོ་སྤྱ་གཞས་གསུམ་འབྲུག་པ་
 འདི་ལ་དགག་པ་ཁོ་རང་གི་ལྷ་བ་ནམ་པ་དག་པ་ཞིག་གསུངས་འདུག །དེའི་
 མཐུག་རུ་མཁས་དབང་ཐུབ་བསྟན་སུན་ཚོགས་དང་། ནམ་མཁའི་སྤྱིང་པོ་
 དང་། ཚུལ་ཁྲིམས་སྟོ་གོས་ནམ་པས་འདི་ལ་ལྷ་ཚུལ་ཞིག་གསུང་དགོས་ས་
 རེད། ཅས་བསམ་འཆར་ཞིག་བཏོན་ཡོད་པ་དེའི་ཉེན་གྱིས་ངས་སྐད་ཆ་འདི་
 བཤད་དགོས་པ་བྱུང་སོང་། ནམ་མཁའི་སྤྱིང་པོ་དང་། ཚུལ་ཁྲིམས་སྟོ་གོས་
 གཉིས་ནི་ཚོས་ལོག་འདི་བྱུང་སའི་གནས་ཡུལ་གྱི་འགོ་གཙོ་རེད། འོན་ཀྱང་ང་

དང་ཚོས་ལོག་གི་ཞབས་སྟོན་འབྲེལ་པ་འདི་དང་འབྲེལ་བ་གང་ཡང་མེད། ཁོང་གིས་གསུང་བ་དེ་དག་ཚང་མ་བདེན་པ་རེད། དགེ་སློང་འདུལ་བ་འཛིན་པ་རྣམས་ཀྱིས་སྟོབ་རྒྱུ་ཡོད། སྤྱི་ལོ་བྱེད་མི་ཚོག་པ་འདུལ་བྱིས་ནང་དུ་གསལ་པོ་གསུང་ཡོད། འདུལ་བྱིས་དང་འགལ་ན་དགེ་ཚུལ་སློང་ལོག་ཚར་པ་རེད། དེ་ལ་ཁ་བདེ་པོའི་འབྲེལ་བ་ཤད་ལོག་པ་གང་བྱས་ཀྱང་ནང་ཚོས་ཀྱི་རྩ་བའི་སྒྲུབ་པ་དང་འགལ་བ་ཞིག་རེད། དེར་དུས་རྒྱུ་མ་དང་། ས་སྐྱ། བཀའ་བརྒྱུད་རྣམས་ཀྱི་སྒྲུབ་པ་པ་འདི་དག་གི་ནང་དུ་འདུལ་བ་ལྟ་མཁན་པལ་ཆེར་དཀོན་པོ་ཡིན་སྟབས་འདུལ་བའི་ནང་གི་བཞུད་དོན་གང་ཡོད་ཤེས་མཁན་དཀོན་པོ་ཡིན་པ་མཐོང་། མི་རྣམས་ཀྱིས་ཁྱོད་རང་གིས་དབྱུག་པ་ལེབ་རྒྱུབ་བྱེད་མ་འོང་བཅུ་མཁན་བྱུང་། ཨྱི་བཏང་གྲུ་པ་སྒྲུབ་དང་། རྒྱུ་མ་ས་སྐྱ་ལྟ་བུའི་མིང་འབོད་པ་ཅམ་ལ་དབྱུག་པ་ལེབ་རྒྱུབ་མ་རེད། སློང་རན་དང་འབྲེལ་བའི་གང་ཟག་རེ་རེ་ནས་མིང་བཏོན་དགོས་ན་མི་བརྒྱ་ཟག་མང་པོའི་མིང་ནས་འབོད་དགོས་པ་ཞིག་རེད། དེ་ལྟ་བུའི་བཤད་སྟོལ་དེ་སྐད་རིགས་གང་གི་བརྒྱ་སློང་ནང་དུ་མེད་པ་ཞིག་རེད། ཨྱིའི་མིང་སྒྲོས་ནས་བྱེད་ཐུག་སྒྲོན་ཅན་སོ་སོ་ལ་གོ་ཚོག་པ་ནི་སྐད་ཀྱི་རྣམས་པ་རེད། འོན་ཀྱང་དེ་རིང་ངས་བྱེད་ཐུག་གི་མིང་སྒྲོས་ནས་གསལ་པོ་ཞིག་ལྟ་འདོད་ཡོད་པ་ནི་གནད་དོན་འདི་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་པ་ནི་བྱེད་ཐུག་ཀྱང་དུ་ཞིག་སྟེ་གཙོ་བོ་གསེར་ན་སྐར་དང་། ཡ་ཆེན་སྐར་རྣམས་གཉིས་ཀྱི་སྒྲུབ་པ་འདི་དག་རེད། ཁོ་ཚོས་ནང་ཚོས་ཀྱི་བསྐྱེད་བྱེད་པོ་རིམ་ཡག་པོ་ཞིག་མ་ཤེས་སྟབས། འདུལ་བྱིས་དང་འབྲེལ་བ་མེད་པའི་ཚོས་བྱིས་དགེ་བཅུའི་བྱིས་ལ་སོགས་པའི་ཚོས་པའི་བྱེད་བྱིས་ཁ་ཤས་ཤིག་བཅོས་ཡོད་པར། དཔེར་ན། དཀར་ཟས་སློང་ཅིང་དམར་ཟས་སླང་དགོས་པ། ཉ་རིགས་ཉ་ཚོང་གི་སྟོག་བསྐྱེད་པ་སོགས་དར་སྤེལ་གཏོང་བ་འདི་ནི་འདུལ་བྱིས་ནང་དུ་སངས་རྒྱས་ཀྱིས་བཀའ་ཡིས་བཅད་པ་མེད་པའི་ཚོས་བྱིས་གསར་པ་ཞིག་རེད། ཁོ་ཚོས་རྒྱ་རིགས་སྤྱི་བདག་གང་མང་ཐོབ་པའི་ཆེད་དུ་རྒྱ་ཉ་ཤང་གི་ཚོས་ལྷགས་དེ་པོད་མི་དམངས་སྤྱི་ལ་སྤེལ་བ་ཞིག་རེད།

སངས་རྒྱས་ཀྱིས་འདུལ་བའི་གཞུང་དུ་མ་བཀག་པའི་ཚོས་ལུགས་དེའི་ཁྲུངས་གང་ཞེས་འདྲི་སྐབས། མདོ་སྤེའི་ནང་དུ་ཤ་བས་ན་ཉེས་པ་ཆེ་བའི་སྒྲོར་གསུངས་ཡོད་པའི་ལུང་དྲངས་པ་འདི་ནི་ཕའི་ཞུ་བྱིར་ཤོག་ཟེར་དུས་མའི་ལྷམ་བྱིར། ཟེར་བའི་དཔེར་དེ་ལས་མ་འདས་པ་ཞིག་རེད། སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཁོང་གི་རྗེས་འབྲུག་དག་འདུན་པ་རྣམས་ལ་བྱ་མི་རུང་བའི་རིགས་བཀའ་ཡིས་བཅད་པ་གནང་བའི་བྲིམས་ནི་འདུལ་བྲིམས་རེད། དེ་ནི་དག་འདུན་པའི་བསྐྱུང་བྱ་ལས་སྐྱེ་བོ་ཕལ་བའི་རིགས་ཀྱི་བསྐྱུང་བྱ་ཞིག་མིན། མདོ་སྤེའི་ཚོས་དང་ཅན་ཡོངས་ལ་བསྐྱབ་བྱ་རེད། བཀའ་ཡིས་བཅད་བྲིམས་མ་རེད། བསྐྱབ་བྱ་བཟང་སྟོན་གང་ཡིན་དང་། ཅན་སྟོན་གང་ཡིན་དོ་སྟོན་གནང་བ་ཅེས་རེད། དང་ལེན་བྱ་དང་མི་བྱ་རང་དབང་རེད། གནད་འདི་མི་ཤེས་པའི་སྤྱ་སྤྱལ་རྣམས་ནི་ཚོས་ལུགས་བྱུང་མཐའ་གང་གི་ཡིན་ཡང་ཚོས་ཀྱི་རིག་གཞུང་ཡང་དག་པ་ཞིག་མི་ཤེས་པའི་རྒྱུ་བྱིས་རེད། སྤྱ་སྤྱལ་དེ་རིགས་ཀྱིས་རང་ལ་ཐོས་བསམ་སྒྲོམ་གསུམ་ཀྱི་དམིགས་ལུལ་གསལ་པོ་ཞིག་མེད་སྟབས། སྤྱ་མ་སྐད་གཤམ་གང་ཆེའི་ལད་སྒྲོས་དང་། སྤྱི་ཚོགས་ཐོག་དུ་དོན་རྒྱུན་གང་ཞིག་དར་བྱུང་ཆེ་བའི་རིགས་དེ་དག་གི་རྗེས་སུ་འབྱུང་སྟེ་ཚོས་ལོག་མང་པོ་ཞིག་སྤེལ་བའི་རྒྱ་མཆན་དེ་ཡིན་པར་མཐོང་། དཔེར་ན། ཐོད་ལུལ་འདིར་ལོ་དོ་སྟོང་ཕྱག་གི་རིང་ལ་མ་དར་བའི་སྟོག་བསྐྱ་ཟེར་བའི་ཉ་ཚོང་འདི་ནི། ཐོད་རིགས་རྒྱ་རྒས་རྣམས་ཀྱིས་བསགས་པའི་སྒྲོར་མོ་དེ། རྒྱ་ཉ་ཚོང་པ་རྣམས་ལ་ཞབས་འདེབས་སྤྱད་པའི་ལུགས་སྟོལ་ལྟ་བུ་ཞིག་ཆགས་པ་རེད། ཐོད་གངས་ཅན་སྟོངས་འདིར་བསྐྱལ་པ་ཆགས་ནས་མ་དར་བའི་དམར་བས་སྤངས་ཤིང་དཀར་བས་སྤེལ་ཟེར་བ་འདི་ནི། མདོ་དབུས་མཐོ་སྒང་གི་ཁོར་ལུག་དང་བསྐྱན་པའི་མིའི་འཆོ་བ་ལ་གཏོར་བཤིགས་བྱས་ཏེ། ཆོ་སྤང་བ་དང་ནད་མང་བ་ཡོང་བའི་འགལ་རྒྱུན་ཞིག་བཟོས་པ་རེད། དེ་དང་དེ་ལྟ་བུའི་ཚོས་སྤེལ་མཁན་ནི་ཡོན་ཏན་མེད་པའི་སྤྱ་མ་དང་སྤྱ་ལོག་ལག་གཅིག་རེད།

དེ་རིང་གི་བརྗོད་བྱ་གཙོ་བོ་དགོན་པའི་ནང་དུ་དག་འདུན་པ་རྣམས་ཀྱིས་

པོ་ལྷ་གཞུང་གསུམ་འབྲུག་པ་འདི་ནི་འདུལ་བྱིས་དང་ཚོས་བྱིས་གཉིས་ཀ་
 དང་འགལ་བ་ཞིག་རེད། རྒྱ་བའི་ཐོག་དུ་ཟིན་གྱིས་འགའ་ཞིག་གི་ཐོག་དུ་འདི་
 ནི་རྒྱུང་མ་པའི་ལུགས་རེད་ཟེར་འདུག །སྐད་ཆ་གསལ་པོར་བཤད་ན། དེ་ནི་
 རྒྱུང་མ་སྤྱིའི་ལུགས་ཤིག་མ་རེད། རྒྱུང་མའི་གདན་ས་ཆེན་གཙོ་པོ་སྤྱད་ན་རྒྱུང་
 མེན་གཉིས། བར་ན་ཁེ་རྩོགས་གཉིས། སྤྱད་ན་ཀ་དཔལ་གཉིས་དང་རྒྱག་ཟེར་
 བ་ཞིག་ཡོད་པ་དེ་དག་གང་དང་ཡང་འབྲེལ་བ་ཞིག་མ་རེད། དཔོན་པའི་
 བྱང་དུ་དགོ་འདུན་པ་དང་སྤྱོད་པོ་ཕོ་མོ་མཉམ་དུ་ཞབས་པོ་འབྲུག་པའི་སྒྲིལ་
 གཏོད་མཁན་ནི་གསེར་རྩ་སྐར་དང་། ཡ་ཆེན་སྐར། དེ་དག་གི་རྩིས་འབྲང་པ་
 དེ་དག་རེད། འདི་ནི་རང་ཚུགས་མི་ཐུབ་པ་གཞན་གྱི་ལད་མོ་ཁོ་ནས་སྐད་
 གསུང་དང་། ལྷན་པོའི་རིགས་མང་པོ་ཞིག་རྩིས་འབྲང་པ་ཐོབ་པའི་དམིགས་
 ལུ་ཅམ་ཞིག་རེད། རྒྱ་མཆོན་དང་པོ། དེ་དུས་སྤྱོད་བྱིར་ནང་གི་རྒྱ་བོད་
 གཉིས་ཀའི་མི་རྣམས་ཀྱིས་ཞབས་པོ་འབྲུག་རྒྱ་ནི། ལུས་ཁམས་བདེ་ཐང་ཆེད་
 དུ་ལུས་ཚལ་གྱི་ཡན་ལག་ཅིག་ཆགས་ཡོད་པ་རེད། རྒྱ་མཆོན་གཉིས་པ། ཉེ་
 བའི་ལོ་ངོ་བརྒྱ་ལྷག་ཅམ་གྱི་རིང་ལ་ཚོས་རྩེ་ནམ་མཁའ་འོར་བུས་རང་གི་ཚོས་
 ཚོགས་གྱི་མི་དང་། སྒྲིགས་པོ་རྣམས་ལ་ལུས་སྤྱོད་གི་ཆེད་དུ་བོད་ཀྱི་གཞུང་
 དང་ཞབས་པོ་དར་སྤེལ་གནང་དང་གནང་བཞིན་པ་རེད། དེ་ལ་དགའ་མོས་
 བྱེད་མཁན་ཞི་རྒྱལ་བ་རྣམས་གཞོན་མ་ངེས་པའི་རིགས་མང་པོ་བྱང་ཡོད་པ་
 རེད། གསེར་ཡ་གཉིས་ཀྱིས་ཚོས་རྩེ་ནམ་མཁའ་འོར་བུའི་མཛེད་ཕྱིན་ལ་
 ལད་རྩོས་བྱས་ཏེ་རྩིས་འབྲང་གི་སྒྲོབ་མ་ལྷན་པོ་མང་ཅམ་ཐོབ་པའི་ཆེད་དུ་
 དགོ་འདུན་པ་རྣམས་ཀྱིས་སྤྱོད་ཅིང་ཞབས་པོ་འབྲུག་པ་ནི་དགོ་ཚུལ་སྤྱོད་
 གི་སྒྲོམ་པ་ཉམས་པའི་ལས་ཡིན་པ་མ་ཤེས་པ་རེད།

ཚོས་རྩེ་ནམ་མཁའ་འོར་བུས་རྒྱབ་སྒྲིགས་སུ་བོད་ཀྱི་ཞབས་པོ་ཐུབ་གདལ་
 གཏོད་བ་ནི་ནང་ཚོས་དང་འབྲེལ་བ་གང་ཡང་མེད། ཁོང་སྐུ་དངོས་ཀྱི་ཞལ་
 བས་གསུངས་པར། ངས་མི་ཆེ་གཅིག་ལ་རྒྱབ་སྒྲིགས་སུ་བོད་ཀྱི་ཚོས་དང་རིག་
 གནས་ཐུབ་བསྐྱགས་བྱས་ཀྱང་དར་ཐུབ་འགྲོ་བ་དེ་རྒྱ་ཆེན་པོ་ཞིག་མ་རེད།

དེ་བས་ཐོད་ཀྱི་སྤྱི་ཚོགས་གཞས་གསུམ་དེ་དར་སྒེལ་བྱས་ན་ཐོད་ཀྱི་རིག་གནས་
ཁྱབ་གདལ་འགོ་བ་ལ་ཕན་ཐོགས་ཆེ་བར་མཐོང་། ཚོས་བྲིད་བྱས་ན་ནང་ཚོས་
ལ་དད་པ་ཡོད་མཁན་གྱི་མི་མ་གཏོགས་པ་གཞན་གྱིས་དོ་སྤང་མི་བྱེད་པས་
ཁྱབ་ཆུ་ཆེན་པོ་མ་རེད། ཐོད་ཀྱི་གཞས་དང་ཞབས་སྟོ་འདི་དག་ཚོས་ལ་དད་
པ་མེད་པའི་སྤྱི་ཚུལ་བའི་མི་མང་པོ་ཞིག་དགའ་པོ་བྱེད་ཅིང་འདུག །ཐོད་ཀྱི་
གཞས་དང་ཞབས་སྟོ་འཁྲབ་ཅིང་ལུས་སྦྱང་བྱས་ན་ཐོད་ཀྱི་རིག་གནས་དེ་ཆུ་
ཆེན་པོའི་སྒོ་ནས་སྤྱར་དུ་དར་ཁྱབ་འགོ་བས་ཐོད་ཀྱི་རིག་གནས་ལ་ཕན་པ་
དང་། སྤྱི་ཚུལ་བ་དེ་ཚོ་ཡང་ལུས་ཁམས་བདེ་ཐང་དང་། བསམ་སྒྲོ་སྒྲོ་སྦྱིད་
ཡོང་བའི་མཐུན་ཆུན་བཟང་པོ་ཞིག་ཡིན་སྟབས་ཚང་མ་ལ་ཕན་ཐོགས་ཡོད་
པ་ཞིག་རེད་ཅེས་གསུངས། །ཁོང་གི་ཞབས་སྟོ་འཁྲབ་པ་འདི་ཚོས་ཡིན་པ་
དང་། སྤྱི་ཚོགས་དག་ལ། འགལ་ཆུན་སེལ་བ་ཐོགས་ཀྱི་ཆེད་དུ་ཡིན་གསུང་གི་
མི་འདུག །ཁོང་གིས་ཐོད་ཀྱི་སྒོལ་ཆུན་གྱི་ཞབས་སྟོ་འབའ་གཞས་དང་། དེ་
བཞིན་དུ་དེར་དུས་ཐོད་ནང་དུ་དར་ཁྱབ་ཆེ་བའི་སྤྱི་གཞས་གསར་པ་དཔེར་
ན། ཡ་སྟོང་དང་། ཨ་ལན་ཟླ་བ་སྟོན་མ། མོ་བ་ཆུལ་མོ་སྐྱབས་ཐོགས་གིས་སྤྱི་
གཞས་དེ་དག་ལ་ཐོད་ལུགས་ཞབས་སྟོའི་དོག་སྟོ་དང་འདྲ་བ་གསར་བསྐྱར་
བྱེད་ཅིང་ཞབས་སྟོ་འཁྲབ་ཚོག་པ་གནང་ཡོད་པ་རེད། དོག་སྟོ་གསར་བསྐྱར་
བྱེད་མཁན་ནི་ཁོང་རང་གི་སྟོབ་མ། ཨི་ཏེ་ཡིན་གྱི་སྒྲོས་གར་གྱི་དགེ་ཆན་ལས་
ཀ་ངལ་བསོ་བྱས་ཟིན་པ་མ་རི་ཡ་ཟེར་བ་ཞིག་ཡོད་འདུག་པ་དེ་གཙོ་བོ་རེད།
ཁོང་གིས་ཚོམ་བསྐྱིགས་གནང་ཟིན་པའི་བརྟན་འཕྲིན་ཞབས་སྟོ་ལེ་ཆོན་ཉི་ཤུ་
ལྷག་ཙམ་ཡོད་པ་དེ་དག་འགེལ་བཤད་དང་བཅས་པ་ཁོ་བོའི་ལག་དུ་ཡོད་
པས་ལྟ་འདོད་དང་ཞིབ་འཇུག་གནང་འདོད་ཡོད་ན་སྤྱན་གཟིགས་སུ་ལ་ཆོག །

ཚོས་ལུགས་ཡར་རྒྱས་གཏོང་བའི་ལམ་ཕྱོགས་ཁ་ཁ་རེད།

2022.6.13

དེང་རུས་སྒྲ་མ་རྣམས་ཀྱི་ཚོས་ལུགས་ཀྱི་ནང་དོན་གོ་བ་བྱ་རྒྱ་དེ་གལ་ཆེན་
པོ་ཞིག་མཐོང་བུར་། ཉེ་སྔོན་གསེར་རྩ་དང་ཡ་ཆེན་ལས་བུང་བའི་རྩིང་མ་
དང་། བཀའ་བརྒྱད་ཀྱི་དགོན་པ་འགའ་ཞིག་གི་ནང་དུ་ཚོས་ལོག་སྤེལ་འགོ་
ཚུགས་ཏེ། གཤེན་གསོན་གྱི་སྤྱི་རིམ་ལ་གཞན་དང་ཞབས་སྟོ་བརྒྱུད་ན་ལུགས་
པར་དྲིལ་བསྐྱགས་ཤིང་། སྤྱི་ལོར་པོ་མོ་རྣམས་མཉམ་དུ་ཞབས་སྟོ་འབྲལ་བ་
མ་ཟད། སྐབས་འགར་དགོན་པའི་སྤྱི་ཁར་ནང་དུ་འདྲ་སྤྱི་ལོར་པོ་མོ་སྤྲོད་དུ་
ཞབས་སྟོ་འབྲལ་བཞིན་ཡོད་པ་བརྟན་ཐོག་དུ་བྱལ་ཡོད་འདུག །ཁོ་བོས་དགོ་
ཚུལ་སྤྱོད་གིས་ཞབས་སྟོ་འབྲལ་བ་ནི་འདུལ་བྱིས་ས་དང་འགལ་བ་ཡིན་པའི་
སྒྲོར་མདོར་བཟུས་ཤིག་སྤྱད་འཕྲིན་སྤྱི་སྤྱོད་ནང་དུ་བྱུས་པ་ཡིན། དེ་ལ་སྒྲ་མ་
ཞིག་གིས་ལན་དུ། བྱོང་རང་གིས་རྟག་པར་བོད་ཀྱི་སྤྱི་ཚོགས་ཡར་རྒྱས་གཏོང་
དགོས་ཞེས་འབོད་སྤེལ་བྱེད་བཞིན་པ་རེད། ང་ཚོས་ཀྱང་ཚོས་ལུགས་ལ་
བསྐྱར་བཀོད་དང་ཡར་རྒྱས་གཏོང་མི་ཚོགས་པའི་རྒྱ་མཚན་གང་རེད། གཞན་
ཡང་གསང་སྤགས་ཀྱི་གཞུང་དུ་རྣལ་འབྱོར་པ་རྣམས་ཀྱིས་རྩོམ་རྩེའི་གར་རོལ་
བའི་དགོས་པའི་སྒྲོར་གསུངས་ཡོད་རེད། ཅས་བཤད་འདུག །

འདི་ལ་རྣམ་པ་གཉིས་ཀྱི་སྒྲོ་ནས་ལན་མདོར་བཟུས་པ་ཞིག་ལྷ་འདོད་བུར་།
དང་པོ། ཚོས་ལུགས་ཡར་རྒྱས་གཏོང་བ་ལ་གུས་བཀུར་དང་རྒྱབ་སྐྱོར་ཡོད།
ཚོས་དང་འཇིག་རྟེན་གཉིས་ཀ་ཡར་རྒྱས་བཏང་ནས་ཐུབ་འབྲས་ཐོབ་དགོས་
པ་དེ་ཚོས་ཉིད་རེད། ཡར་རྒྱས་མ་གཏང་ན་འབྲས་ཐུ་ཐོབ་མི་སྲིད་པ་རེད།
འོན་ཀྱང་སྤྱི་ཚོགས་ཡར་རྒྱས་གཏོང་བ་དང་ཚོས་ལུགས་ཡར་རྒྱས་གཏོང་བ་
གཉིས་ལམ་ཁ་ཁ་རེད། སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་འཕེལ་རྒྱས་དང་བསྐྱར་ནས་ཚོས་ལུགས་

ལ་བསྐྱར་བཅོས་བཏང་ན་དེ་ནི་ཚོས་ལྷགས་ལ་གཏོར་བཞིགས་དང་། རྟོག་
 རོལ་བཏང་བ་ཞིག་རེད། དཔེར་ན། མོ་ཏ་རྒྱལ་ན་གཞུང་ལམ་ཐོག་ཏུ་རྒྱལ་
 དགོས་པ་ལས་གཞུང་ལམ་མེད་སར་མོ་ཏ་བརྒྱལ་ན་གཡང་ཏུ་ལྷུང་ངེས་
 རེད། དེ་བཞིན་ཏུ་ལམ་ཞུགས་ཀྱི་གང་ཟག་གང་ཞིག་གིས་ཚོས་ལྷགས་ཀྱི་ལྷ་
 སྒྲོལ་སྒྲོད་གསུམ་ཀྱི་རྣམ་པ་དེ། ཉིན་རེ་བཞིན་ཡར་རྒྱས་གཏོང་དགོས་པ་ནི་
 སྒྲོད་གཡང་གཏོང་མི་རུང་པའི་འོས་འགན་ཞིག་རེད། དེ་ཡང་ཡར་རྒྱས་གཏོང་
 སའི་ཁ་སྐྱོགས་དང་ལམ་སྐྱོགས་དེ་སངས་རྒྱས་ཤུག་ཐུབ་པས་གཏན་འབེབས་
 གནང་ཟིན་པ་དེའི་ཐོག་ཏུ་འགྲོ་དགོས་པ་ཞིག་རེད། སྤྱི་ཚུགས་ཀྱི་རྣམ་པ་ཡར་
 རྒྱས་གཏོང་དགོས་ན་གནས་སྐབས་སུ་རུས་རབས་དང་བསྐྱུན་པ། ཁོར་ལྷག་
 དང་བསྐྱུན་པ་སོགས་རྒྱ་རྒྱུན་མང་པོ་ཞིག་ལ་བསྐྱུན་དགོས་པ་མ་ཟད། ཡར་
 རྒྱས་ཀྱི་ཁ་སྐྱོགས་དང་ལམ་སྐྱོགས་དེ་དག་ཀྱང་མཁས་དབང་ཆེད་རམས་པ་
 མང་པོ་ཞིག་གྲོས་བསྟར་བྱེད་ཅིང་། དེ་ལ་འགོ་བྱིད་དང་ནོར་བདག་མང་པོ་
 ཞིག་གིས་རྒྱབ་སྐྱོར་དང་བཅས་པས་ལག་བསྟར་དང་སྐུལ་འདེད་བྱེད་དགོས་
 པ་ཞིག་རེད། ཚོས་ལྷགས་ཡར་རྒྱས་ཀྱི་ལམ་སྐྱོགས་དེ་སྟོན་པ་ཤུག་ཐུབ་པས་
 སོ་སོ་རྒྱུ་བོའི་ས་ནས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་གོ་འཕང་མ་ཐོབ་ཀྱི་བར་འགྲོ་ལམ་ཡོངས་
 སུ་ཆང་བ་ཞིག་གཏན་འབེབས་གནང་ཟིན་སྟབས། ང་ཚོས་དེ་ལ་གྲོས་བསྟར་
 དང་བགྲོ་སྒྲིང་གང་ཡང་མི་དགོས་པ་ཞིག་རེད།

དཔེར་ན། སོ་སྤྱོད་ལས་དང་པོ་པ་རྣམས་ཚོས་སྒྲོར་ཐོག་མར་འཇུག་པའི་ཆ་
 རྒྱུན་ཏུ་སྒོ་སྟོན་རྣམ་བཞི་བསྟན་པ་རེད། དེ་ལ་གོམས་པའམ་ཡར་རྒྱས་སོང་ན་
 ལམ་ཞུགས་ཀྱི་གང་ཟག་ཟེར། གང་ཟག་དེའི་མིང་དོན་གཉིས་ཀ་གནས་འགྱུར་
 བ་ཞིག་རེད། དེ་ནས་རིམ་བཞིན་ཐོག་ཆེན་པ་ལྟར་ན་ཚོགས་ལམ་ནས་མི་སྒྲོབ་
 ལམ་ཀྱི་བར་ལམ་ལྷ་པོ་ཐམས་ཅད་ཚོས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་ཡིན་ཏེ། དབྱ་མ་པ་ཚོས་
 བཞེས་ཀྱིས། ཚོས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་ཁ་ཅིག་ནི་ཚོགས་ཀྱི་ལམ་མོ། ཁ་ཅིག་ནི་སྒྲོར་
 བའི་ལམ་མོ། ཁ་ཅིག་ནི་བར་ཆད་མེད་པའི་ལམ་ཀྱི་བར་རོ། ཞིས་གསུངས།
 དེ་ལྟར་ལམ་ཞུགས་ཀྱི་གང་ཟག་གང་ཞིག ཚོགས་ལམ་ལ་ཆེ་འབྲིང་རྒྱང་

གསུམ། སྤྱིར་ལམ་ལ་དྲོད། ཅེ་མོ། བཅོད་པ། ཆོས་མཆོག་སྟེ་རིམ་པ་བཞི།
 མཐོང་ལམ་སྐབས་སུ་ས་བརྩུ་ལས་ས་དང་པོ་མཐོང་ལམ་ཆོས་ཉིད་ཀྱི་བདེན་
 པ་ཐོབ་ཅིང་ཡོད་རེད། མཐོང་ལམ་གྱི་སྐབས་སུ་ཐོབ་པའི་ཡོན་ཏན་བརྒྱ་ཕྱག་
 བརྩུ་གཉིས་ཏེ། 1. ས་དང་པོ་ཐོབ་པའི་གང་ཟག་དེ་རུས་གཅིག་ལ་ཉིང་རེ་
 འཛིན་བརྒྱ་ཐོབ་སྟབས་པའི་ཡོན་ཏན་དང་། 2. ཉིང་རེ་འཛིན་
 བརྒྱ་ལ་འཇུག་སྟབས་པའི་ཡོན་ཏན་ཐོབ་པ། 3. སངས་རྒྱས་བརྒྱ་མཇལ་སྟབས་པ།
 4. སངས་རྒྱས་བརྒྱའི་ཡོན་ཏན་ཤེས་སྟབས་པ། 5. འཛིག་རྟེན་གྱི་ཁམས་བརྒྱ་གཡོ་
 བར་བྱེད་སྟབས་པ། 6. འཛིག་རྟེན་གྱི་ཁམས་བརྒྱར་བཤོད་སྟབས་པ། 7. ཁིང་
 ཁམས་བརྒྱ་སྤང་བར་བྱེད་སྟབས་པ། 8. འགྲོ་ཁམས་བརྒྱ་སྟོན་པར་བྱེད་སྟབས་པ།
 9. བསྐྱལ་པ་བརྒྱར་གནས་སྟབས་པ་དང་། བྱི་མཐར་འཇུག་སྟབས་པ། 10. ཆོས་སྟོ་
 བརྒྱ་འབྱེད་སྟབས་པ། 11. རུས་གཅིག་ལ་སྦྱ་ལུས་བཞོད་པ་བརྒྱ་ཉོན་སྟབས་པ།
 12. རུས་གཅིག་ལ་སྦྱ་ལུས་རེ་ལའང་བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔའ་བརྒྱ་ཕྱག་རེས་
 བསྟོར་སྟབས་པ་བཅས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་བརྒྱ་ཕྱག་བརྩུ་གཉིས་པོ་དེ་དག་འཐོབ་སྟབས་
 ཅིང་ཡོད་པ་རེད། དེ་བཞིན་རུ་ས་རེ་གོང་རུ་འབེལ་བ་དང་ཡོན་ཏན་དེ་དག་
 གྲང་ལུབ་རེ་འཕར་འགྲོ་ཁིང་ཡོད་པ་སྟེ། ས་གཉིས་པ་ཐོབ་སྐབས་གོང་གསལ་
 ཀྱི་ཡོན་ཏན་དེ་དག་སྟོང་ཕྱག་དང་ལྡན་པ་སོགས་ནས། ས་བརྩུ་པ་ཐོབ་སྐབས་
 བཅོད་རུ་མེད་པ་རུལ་སྤྲོད་དང་མཉམ་པའི་ཡོན་ཏན་འཐོབ་ཅིང་། ས་
 བརྩུའི་རྒྱན་གྱི་མཐའ་མ་ལ་རྩོ་རྩེ་ལྟ་བུ་ཉིང་རེ་འཛིན་གྱིས་ཤེས་སྟོན་སྤྲོ་ཁིང་སྤྲོ་
 བ་རྩམས་བཅོམ་ནས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་གོ་འཕང་ཐོབ་པ་སྟེ་འདི་ནི་ཆོས་ལུགས་
 ཡར་རྒྱས་འགྲོ་སའི་ལམ་ཆ་ཆང་བ་ཞིག་ཡོད་པ་རེད་ཟེར་བ་དེ་ཡིན། དེ་ལྟར་
 མ་ཤེས་པ་སྦྱི་ཆོགས་ཀྱི་རྩམ་པ་དང་བསྟུན་ནས་ཆོས་ལུགས་ཉོན་མོངས་ཀྱི་
 ལམ་རུ་ཡར་རྒྱས་གཏོང་བ་ནི་བདུན་ཕྲག་ཅན་གྱི་ལས་དངོས་རེད།

གཉིས་པ། གསང་ལྡགས་སྐབས་ཀྱི་རྩོ་རྩེའི་གར་དང་ཡ་གསེར་གཉིས་ཀྱི་
 འདོད་པའི་ཚུས་གར་གཉིས་ལོ་བསྐར་ནས་བཤད་པ་ནི་ཐོ་ལ་འཕྲུལ་འཁོར་
 གཏོང་མཁན་ཞིག་གིས་ངས་གནམ་གྱུ་གཏོང་བཞིན་ཡོད་ཟེར་བ་དང་དོན་

གཅིག །གསར་མའི་རྒྱུད་སྡེ་རྣམས་ལས་བཤད་པའི་ལས་ཀྱི་ཕྱག་རྒྱ་མཚོག་ཏུ་
 བྱལ་པའི་རྟགས་སུ། རྒྱུད་ཉི་ཤི་ཆིག་སྟོང་གི་རྩ་མཐུད་གྲོལ་བ་དང་། རྒྱུད་
 འཕོ་བ་ཉེར་བཞི་འགག་པ་དང་། ཁམས་སྟིགས་མ་ཉི་ཤུ་རྩ་བཞི་དྲངས་མར་
 གནས་འཁྱར་བས། ཉེན་དེ་དག་གི་རྣམ་པས། བཞེན་པ་བདེ་སྟོང་གཉིས་སུ་
 མེད་པའི་ཡེ་ཤེས་རྒྱ་རྒྱབས་དང་བྲལ་བ་རབ་འབྱམས་སུ་མཆེད་དེ། ཆོགས་
 ཆེན་འཁོར་ལོའི་རྩ་མཐུད་གྲོལ་བས་གར་གྱི་སྤངས་སྤྲལས་སྤྱི་ཚོགས་དང་།
 མགིན་པའི་འཁོར་ལོའི་རྩ་མཐུད་གྲོལ་བས་དབྱངས་ཀྱི་འཁྱར་ཁྱག་སྤྱི་ཚོགས་
 རང་བྱུང་ཏུ་རྟོལ་བ་འདི་ནི་སྤྲལས་ཀྱི་དངོས་བྱུང་གྱི་མཚན་མ་ཡིན་ལ། དེ་
 དང་ཉེན་མོངས་དབང་གིས་བསྐྱེད་པའི་སྤྱི་གར་གྱི་རྣམ་པ་གཉིས་དོ་ཐོ་ལ་
 གནམ་ས་ལྷ་བུའི་བྱུང་པར་ཡོད་སྟབས། ལྷའི་བདུད་རྩི་དང་མི་གཙང་བའི་
 ཆབ་ཆེ་རྒྱུད་མཉམ་ཏུ་བསྐྱེ་བ་མི་བྱ་བར་ཞུ།

རྟོང་མའི་སྤྱི་མེད་རྟོ་རྟེ་རིགས་ཀྱི་རྒྱུད་རྣམས་ལས་བསྟན་པའི་གར་འཆམ་
 ས་ཚོག་དང་འབྲེལ་བ་ཁྲག་འཁྱར་རྩ་འཆམས་དང་། དྲག་པོའི་ལས་སྦྱོར་དང་
 འབྲེལ་བའི་དགྲ་བགེགས་བྱུང་འཆམས་གཉིས་ཡོད་པ་ལས། དང་པོ་ཁྲག་
 འཁྱར་རྩ་འཆམས་ལ་དོན་ཚན་བཅུ་གསུམ་གྱི་སྟོན་ས་འཆམས་དགོས་པ་ཞིག་
 རྟེ། ཐོག་མར་རང་ལུས་ལ་བགེགས་ཀྱིས་མི་རྩྭགས་པའི་སྤྱི་ལྷའི་ར་རྒྱལ་གྱིས་
 ཁྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་པའི་ཆས་གོས་བགོ་ཞིང་ཕྱག་མཚན་བབྱང་། གཉིས་པ་ལྷ་
 སྟོན་གྱི་ཟེར་མི་ལྷང་བའི་སྤྱིར་གསེར་སྦྱེམས་བསྟོ། ཞེས་སོགས་ནས་དགྲ་པ་ཞེ་
 སྤང་རྟོ་རྟེའི་གར་གྱིས་བཀའ་བསྟོ་ཞིང་བགེགས་བསྟོད། བཅུ་པ་དཀྱིལ་འཁོར་
 ལྷའི་སྤངས་སྤྲལས་ཀྱིས་ས་བབྱང་བ་ལ་སོགས་པའི་ཆོ་ག་འདི་དག་དང་། དེང་
 ཏུས་དགོན་གྲོང་ནང་གི་འདོད་ཚུལ་གྱི་སྤྱི་གར་རྣམ་པ་ཀྱན་ཏུ་མི་མཚུངས་པ་
 ཤེས་དགོས། །གལ་སྤྱིང་ངས་བཤད་པ་འདི་ལ་མདོ་སྤྲལས་ཀྱི་གཞུང་དང་མི་
 མཐུན་པའི་ལོག་བཤད་འདུག་ན་དགག་པ་ཆར་སྤྱར་འབེབས་པའི་རེ་བ་ཞུ།
 ཞེས་པ་ཆོས་ལོག་སྤྱི་བའི་སྤྱི་རྒྱ་རྒྱ་ཞིག་གི་སྤྱི་འཕྱིན་གྱི་ལན་ཏུ་བདེན་དོན་
 སྤྱི་བའི་རྒྱལ་ཁམས་པ་བྱུང་བསྟན་ཕྱན་ཚོགས་དེས་བྲིས།

2022.6.16

༡ རོད་ཀྱི་འཆོ་བ་ཏུ་གང་ལུགས་ཀྱི་རྒྱུར་མཁན། རང་གིས་འདུལ་བྱིས་མི་སྤང་ཞིང་
 གཞན་ལ་མདོ་སྤེའི་ཆོས་བཤད་མཁན་རྣམས་ལ་བྱ་བ། དེར་དུས་ཁམས་
 རྒྱུགས་འདིར་རྒྱ་ཁྲ་ཁག་གཅིག་གིས་བོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་ཐོག་དུ་ཡོང་མ་ཆུང་པའི་
 ཆོས་ལུགས་ཤིག་སྤེལ་བ་ནི་དམར་ཟས་སྤང་བ་དང་། དཀར་ཟས་སྤྱོད་པ་
 ཞེས་པའི་ལས་འགུལ་དེ་རེད། ལས་འགུལ་འདི་ནི་རྒྱ་ཏུ་ཤར་དག་གི་འཆོ་བ་
 དེ་བོད་མི་དམངས་ཡོངས་ཀྱི་དར་སྤེལ་གཏོང་བའི་ལས་འགུལ་ཞིག་རེད།
 འདི་ནི་མདོ་དབུས་མཐོ་སྒང་གི་གནམ་གཤིས་དང་ཁོར་ལུག་ལ་མི་འཆོམས་
 པའི་ལས་འགུལ་ཞིག་ཡིན་ཏེ། མཐོ་སྒང་གི་ཞིང་འཁོག་མི་དམངས་རྣམས། སྤོ་
 ཟས་ཁོ་ན་ལ་འཆོ་བ་བརྟེན་ན་ལུས་ཀྱི་འཆོ་བཅུད་ཀྱིས་མི་འདང་པའི་རྒྱུན་
 ཀྱིས་མིའི་ཆོ་སྤྲུང་དེས་རེད། དེར་དུས་འགྱིམ་འགུལ་སྤྲུལ་བའི་བའི་
 དབང་གིས་སྤོ་ཆལ་རྒྱ་ལུལ་ནས་དཔོར་འདྲེན་བྱེད་ཆོག་པ་མ་གཏོགས་གནའ་
 དུས་འཁོག་པའི་ས་ཁུལ་དུ་ལོ་གཅིག་ལ་སྤོ་ཆལ་ཐེངས་གསུམ་བཞི་ཅུ་ལས་
 བཟའ་རྒྱ་རྟེན་དཀར་བ་ཞིག་རེད། དེས་ན་ཁོར་ལུག་འདི་ལྷ་བྱ་ཞིག་གི་ནང་
 དུ་རྒྱ་དགེ་བརྟེན་དག་གི་འཆོ་བའི་རྣམ་པ་དར་སྤེལ་གཏོང་བ་ནི་ཆོན་རིག་
 དང་འགུལ་བའི་ལས་ཀ་ཞིག་རེད། ལས་འགུལ་འདི་སྤེལ་མཁན་དག་གི་རྗེས་
 འབྲང་པའི་སླ་ལྷ་དག་ལ། སངས་རྒྱས་ཀྱིས་འདུལ་བྱིས་མི་སྤང་དག་ལས་ཤ་བ་
 མི་ཆོག་པ་གང་ན་གསུངས་འདུག་ཅེས་དྲིས་པའི་ལན་དུ། འདུལ་བྱིས་ནང་
 དུ་མེད་ཀྱང་མདོ་སྤེའི་དག་ལས་ཤ་ཡི་ཉེས་དམིགས་མང་པོ་གསུངས་ཡོད་ཅེས་
 མདོ་ལྷང་མང་པོ་དྲངས་ནས་བཤད་པ་ནི་ནང་ཆོས་ཀྱི་རིག་པའི་གཞུང་ལུགས་

ནམས་ཀྱི་སོ་སའི་ངོ་བོ་ངོས་མ་ཟིན་པའི་སྒྲིན་རུ་སྒྲར་། དཔེར་ན། འདུལ་བ་ནི་
 དགེ་འདུན་པ་ནམས་ལ་གཏན་འབེབས་བྱས་པའི་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་ཅ་བྲིམས་ལྟ་བུ་
 ཞིག་དང་། ཅ་བྲིམས་དང་འགལ་ན་བཙོན་རུ་སྒྲུང་བ་ལྟར་འདུལ་བྲིམས་
 དང་འགལ་ན་ཕམ་པ་དང་། ལྟར་བ་སོགས་ཀྱི་ཉེས་པ་འབྱུང་བ་ཞིག་རེད།
 འོན་ཀྱང་མི་སེར་དགུས་མ་ནམས་དང་འབྲེལ་བ་གང་ཡང་མེད། མདོ་སྡེ་ནི་
 ལས་ཁུངས་གི་སྤྱི་ལམ་ལྟ་བུ་ཞིག་རེད། མི་ཐམས་ཅད་ལ་བྱ་བ་བཟང་ངན་
 ཀྱི་དབྱེ་བ་བཤད་པ་དང་། སྤང་སྤང་གི་སྒྲོབ་གསོ་ཞིག་རེད། དེ་ལྟར་རུ་ལག་
 ལེན་བྱས་ན་ངོ་བོ་སྟོང་དང་བྱ་དགའ་འདྲ་པོ་སྟོབ་སྲིད་ལ། དེ་ལས་འགལ་ན་
 དམའ་འབེབས་དང་ཆད་པ་སུན་ཆོགས་ཁུར་དགོས་སྲིད་པ་ལས་བཙོན་རུ་
 ལྟར་བ་ལྟ་བུའི་ཉེས་སྤྱིབ་མེད་སྟབས། མདོ་སྡེ་དག་ལས་གསུངས་པ་ནམས་
 ལག་ལེན་བྱས་ཀྱང་མ་བྱས་ཀྱང་གཉིས་ཀ་རུང་བའི་དོན་ཞིག་རེད། དེ་གཉིས་
 ཀྱི་དབྱེ་བ་དང་བྱད་པར་མི་ཤེས་པའི་མཁན་པོ་ནམས་ནི། སྤྱན་པོས་མཁན་
 པོའི་མཆོན་གནས་འཛིན་ཡོད་པའི་རྟགས་མཆོན་ཞིག་རེད།

༢ རྒྱུད་འཛུལ་ནི་ཚོང་ཚོས་ཚོས་ཀྱི་འདོད་མཁམ། སྟོག་བསྐྱུ་དགོས་པའི་སེམས་ཅན་
 དེ་ཉ་ལྷག་གཡག་གསུམ་ཁོ་ན་ཡིན་ནམ། བན་བོན་གཉིས་ཀྱི་ཆོས་ལྷགས་ཀྱི་
 ལོ་རྒྱུས་ཐོག་རུ་མ་དར་བའི་དེར་རུས་སྟོག་བསྐྱུ་ཟེར་བའི་ཉ་ཆོང་གི་ལས་
 འགུལ་ཞིག་ཡོད་པ་དེ། ཐོག་མར་རྒྱ་སྒྲ་ནམས་ཀྱིས་རྒྱ་ཡུལ་ནས་སྟོལ་གཏོད་
 ཅིང་རྒྱ་རིགས་དད་ལྡན་ནམས་ཀྱི་ལག་ནས་སྒྲོར་མོ་བརྟུ་ཐབས་ཤིག་རེད། དེ་
 ནས་རིམ་བཞིན་བོད་ཡུལ་རུ་ལས་འགུལ་དེ་སྟེལ་ཞིང་སྐྱ་སེར་ལྟན་རུ་འབྲེལ་
 བའི་ཆོང་ལས་ཤིག་ཆགས། ཐཐབས་འགར་བོད་ཀྱི་གྲོང་ཁྱིམ་ནང་རུ་ཉ་དང་།
 བྱ་དང་། འབྲོག་པའི་ཡུལ་རུ་ལྷག་དང་། ཐོག་ནག་ཀྱང་འགའ་ཞིག་ཁོང་ཆོའི་
 ཆོང་ལས་དང་འདྲེས་ཡོད་པ་ཞིག་རེད། དེ་དག་གི་དམིགས་ཡུལ་དེ་དད་
 ལྡན་སྤྱིན་བདག་ནམས་ཀྱི་ལག་ནས་སྒྲོར་མོ་བརྟུ་བའི་ཐབས་ཤིས་ཤིག་ཡིན་པ་
 དང་། ཁོ་ཆོས་གཡོ་སྐྱའི་སྒྲོ་ནས་སྟོག་བསྐྱུའི་མིང་ཐོག་ནས་སྒྲོར་མོ་བརྟུས་ཤིང་
 སྟོག་བྱ་བྱས་པའི་དོན་རྒྱུན་འགའ་ཞིག་བོད་སྤྱོད་ནས་མཐེལ་བརྟོལ་ཞིང་།

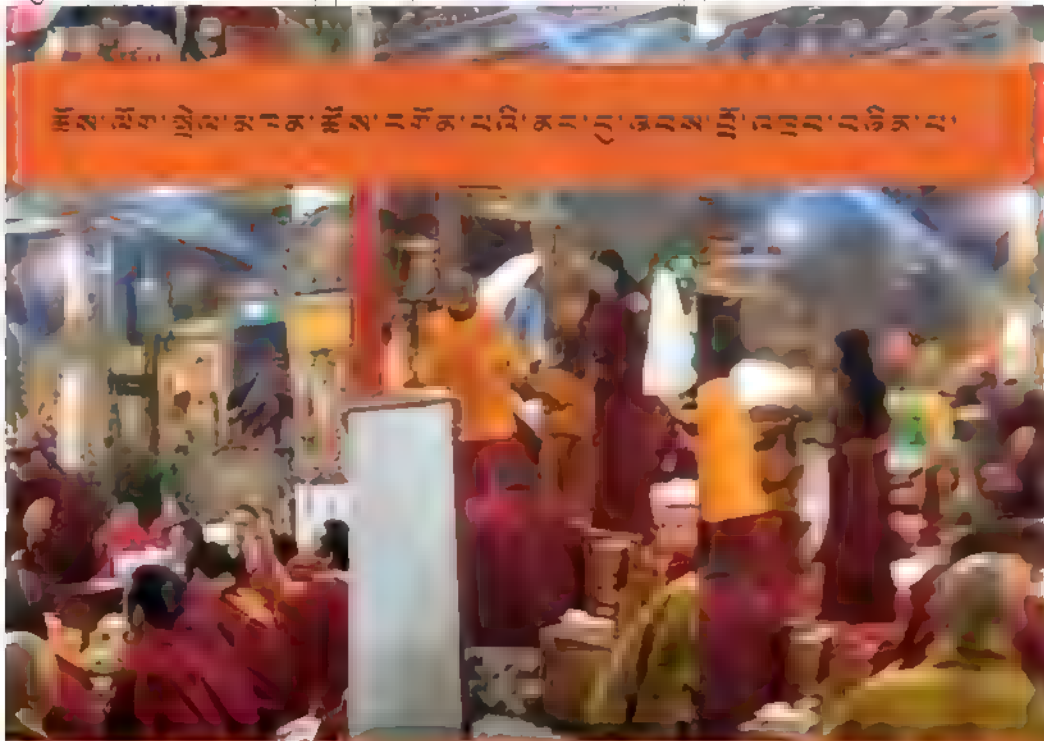
ཨྱི་བདེ་ལས་ཁྲུངས་གིས་འདྲ་བཟུང་བྱས་པ་རྣམས་བརྟན་འཕྱིན་བརྒྱུད་དེ་
 དྲིལ་བསྐྱགས་བྱས་ཡོད་པ་དེ་དག་རེད། སངས་རྒྱུ་གིས་སློག་བསྐྱེད་ཆེད་རྒྱ་
 ཆོང་ལས་སྤེལ་དགོས་པ་མདོ་རྒྱུད་གང་རྒྱུང་མ་གསུངས་། འོན་ཀྱང་དགེ་
 སློང་འདུལ་བ་འཛིན་པ་རྣམས་སེམས་ཅན་གྱི་སློག་གཅོད་པའི་ལས་ལ་འཛིན་
 བྱ་དགོས་པའི་བཀའ་ལྟར། འདུལ་བ་གཞི་གསུམ་གྱི་ཐུག་ལེན་ལས་དབྱར་རྒྱས་
 རྒྱ་བ་ཕྱེད་གཉིས་ཅམ་ལ་དབྱར་གནས་པར་བྱེད་པའི་དགོས་པ་དེ། དབྱར་
 རྒྱས་རྒྱུ་འོག་གི་འབྲུ་སྤྱོད་རྣམས་བརྩིས་ཏེ་མི་གསལ་པའི་ཆེད་རྒྱ་རེད། དེར་
 རྒྱས་མཁན་པོ་རྣམས་ཀྱིས་དབྱར་རྒྱས་བོད་ལ་ཆར་རྒྱ་མོད། ཅི་ཤིང་དང་མེ་
 ཏོག་རྒྱས་སྐབས་དབྱར་མཐོངས་བྱེད་ཅིང་ཆོས་བཤད་གནང་། རྒྱ་བོད་གྱི་
 གཉིས་གྱི་འཕྱོར་ལྡན་གྱི་སློབ་མ་དང་། སློགས་པོ་རྣམས་མགོན་རྒྱ་འབོད་པ་དེ་
 དག་གི་མོ་ཏ་བརྒྱ་ཕྱག་ཅམ་རེ་གཏོང་ཞིང་བོད་རྒྱ་སྤྱོད་སྤེལ། རྒྱ་བོད་ཀྱི་མོ་
 ཏས་ཁེངས་པའི་རྒྱས་དེར། སློབ་གྲྭ་གི་འབྲུ་སྤྱོད་དང་། སྤེལ་པ། ཕྱི་ཕྱོགས་
 བསལ་པའི་འབྲུ་རོ་དང་། སྤེལ་རོ་སློགས་བསྐྱངས་ཀྱིས་མི་ལོང་པ་དེ་དག་
 སློགས་གཅིག་རྒྱ་སྤྱངས་ན་སྤྱོད་སྤེལ་མང་པོ་གང་བའི་ཆེད་ལོན་པ་ཡོད་དེས།
 སློག་ཆགས་འདི་དག་སློག་བསྐྱེད་ཁོངས་སུ་མེད་པའི་སློག་ཆགས་གྱི་རིགས་
 ཤིག་ཡིན་ནམ། སློག་ཆགས་སྤེལ་མོ་དག་གི་སློག་བསྐྱེད་བའི་ཆེད་རྒྱ་འདུལ་བ་
 ལས་རྒྱ་ཆགས་བྱེད་ཅིང་རྒྱ་འབྲུ་སྤྱོད་མོ་དེ་དག་ཕྱིར་དོར་བའི་ཐུག་ལེན་ཡོད་པ་
 འདི་བཞིན་ལག་ལེན་བྱེད་མཁན་གྱི་མཁན་པོ་དང་སྤེལ་སྤྱོད་ལྟ་བོད་ལ་ཡོད་
 དམ། དེར་རྒྱས་སྤེལ་འགའ་ཡིས་རྒྱ་རིགས་སློབ་མ་རྣམས་ཀྱི་མཁན་རྒྱ་ཤ་
 མི་བཟུང་། འདུལ་བྱིས་ཉིས་བརྒྱ་དང་གསུམ་ནང་རྒྱ་དགེ་ཚུལ་སློང་ཡིན་ན་
 ཤ་སྤངས་དགོས་གསུངས་མི་སྤང་། འོན་ཀྱང་འདུལ་བའི་ནང་རྒྱ་བཀག་པའི་
 ཕྱི་དྲོའི་ཁ་བས་དེ་སློང་མཁན་གྱི་སྤེལ་མ་འི་ཅམ་ཡོད། དེས་ན་དེར་རྒྱས་སྤེལ་
 ཁག་གཅིག་གི་མཛད་སྤྱོད་འདི་དག་སངས་རྒྱུ་སྤྱོད་ཐུག་པའི་ཆོས་ལུགས་
 དང་མ་དད་པ་ཞིག་ཡིན་པར་ངོས་འཛིན་འོས།

༣ རང་འདོད་རྒྱན་གཏམ་ཆོས་བཤད་འདོད་མཁན། མཁན་པོ་ཆོ་བརྟན་ཟེར་བ་ཞིག་

གིས་བཤད་པའི་སློབ་གསུང་སྒྲིམ་གྱི་ཕྱག་སྒྲུབ་བཞུགས་ཞིག་མཐོང་བུར་། ཁོང་གི་གསུངས་དོན། བོད་ཀྱི་སློབ་གསུང་ལག་བརྟུར་བྱས་ན། བྱོད་སྒྲེ་རྒྱས་མི་ཡིན་ན་འཆི་རྒྱས་ལྟར་འཁྱུར་བའི་རེད། རྒྱ་ཡི་སློབ་གསུང་ལྟར་བྱས་ན་སྒྲེ་རྒྱས་མི་ཡིན་ལ་འཆི་རྒྱས་ཀྱང་མི་རེད། བྱི་རྒྱལ་གྱི་སློབ་གསུང་ལྟར་བྱས་ན་བྱོད་སྒྲེ་རྒྱས་མི་ཡིན་ན་འཆི་རྒྱས་འདྲེ་ཆགས་རྒྱ་རེད། ཅེས་བཤད་འདུག །མཁན་པོ་འདིའི་གསུང་འདི་དཀར་ནག་གོ་སྒྲོག་གི་གཏམ། བྱོད་གསེབ་ཀྱི་བོད་རིགས་གཞིན་ཅུ་རྒྱམས་དང་། སློབ་གྲྭ་རྒྱུང་འབྱེད་གི་སློབ་མ་ཞིག་ལ་མཚོན་ན་ཏ་ཅང་གནོད་པ་ཆེ་བ། ཞེ་ཅི་ནད་རྒྱག་ལས་གནོད་སྐྱོན་ཆེ་བའི་སློབ་གསུང་ཞིག་རེད། བྱི་རྒྱལ་བའི་སློབ་གསུང་ཆ་ཚང་བ། ཚད་དང་ལྡན་པ་ཞིག་ཐོབ་ན་མི་ཡོན་ཏན་ཆེ་བ། སློ་རྒྱ་ཡངས་པ། ཐབས་ཤེས་ཆེ་བ། བྱི་མས་ལྷགས་སྤྱང་མཁན། ལས་རྒྱ་འབྲས་མི་སྒྲིག་པར་རང་གཞན་གཉིས་ཀའི་ཁེ་སན་ལ་བསམ་སློ་གཏོང་མཁན་ཞིག་ཡོང་གི་རེད། འོན་ཀྱང་བོད་ཀྱི་སློབ་རྒྱུན་ཆོས་ལྷགས་ཀྱི་སློབ་གསུང་ཐོབ་པ་ཞིག་ཡིན་ན། ཐོས་རྒྱ་རྒྱུང་བ། མཐོང་རྒྱ་རྒྱུང་བ། སློ་གཏོག་པོ། ར་རྒྱལ་ཆེ་བ། རང་འདོད་ཆེ་བ། སྤྱག་དོག་ཆེ་བ། བྱི་མས་ལྷགས་ལ་སྤྱང་མེད་བྱེད་པ། ལས་རྒྱ་འབྲས་ལ་སྤྱང་མེད་བྱེད་མཁན་ཞིག་ཆགས་ཡོད་པ་ནི་མདོན་སྤྱུང་ཆོད་མས་ཀྱབ་བྱིན་པ་འདི་རེད། དེས་ན་བྱི་རྒྱལ་གྱི་སློབ་གསུང་དང་། བོད་ཀྱི་སློབ་གསུང་འདི་བར་གྱི་ཀྱབ་འབྲས་ཕན་ཚུན་གོ་བསྐུར་དགོས་ན་ད་ལྟ་མདོན་སྤྱུང་ཆོད་མས་མཐོང་རྒྱ་ཡོད་པ་འདི་རེད།

༩ འདུལ་བྱི་མས་གཏོར་བའི་རྒྱུན་བྱེད་མཁན་མོ། དེར་རྒྱས་དགོན་པའི་ནང་རྒྱ་སྤྱོད་མཁན་ལྟར་ཞབས་སློ་འབྲས་པའི་སློལ་འདི་འདྲ་མི་ཕམ་གྱིས་མཛད་པའི་ཆོས་སློ་རེད། ཅེས་དྲ་བའི་ཐོག་རྒྱ་བྱིན་བྱིས་བཏབ་འདུག །འདྲ་མི་ཕམ་སྒྲན་ངག་མཁས་པ་རེད། སློ་ཆོག་དང་སློ་ཆོག་བྱིས་པ་ཙམ་གྱིས་དགོ་འདུན་པ་རྒྱམས་ལ་སློ་འབྲས། སློ་ལེན་གྱིས་བེར་བའི་དོན་མིན་པ་ནི་དཔྱོད་ལྡན་རྒྱམས་གྱིས་ཤེས་གསལ་ལྟར། གལ་སྲིད་ཁོང་གིས་བྱིས་པའི་ཚོམ་ཡིག་ཐམས་ཅད་དེ་བཞིན་ལག་ལེན་གྱིས་ཞེས་པའི་བརྒྱ་ཡིན་ན། ཁོང་གིས་འདོད་པའི་བསྐྱུན་

བཅོས་བརྩམས་ཡོད་པ་དེ་དག་འདུན་པ་ནམས་ལ་འབྲིག་པའི་ཆོས་ལ་ཞུགས་
 པའི་སྐུལ་མ་ཡིན་ནམ། འཇུ་མི་པམ་ཞལ་བ་ཞུགས་པའི་དུས་སུ། དགོན་པ་གང་
 ལ་ཞབས་བྱོལ་བ་དགོས་པའི་ཞལ་གདམས་གནང་བའི་ཡིག་ཆ་ཡོད་ན་སྟོན་
 རོགས། ཡིག་ཆ་དེ་གི་བདེན་དཔང་མེད་ན། འཇུ་མི་པམ་སྐུ་གཤེགས་ནས་ལོ་
 བརྒྱ་སྟོར་ཞིག་འདས་པའི་རྗེས་སུ། ལྷ་ཁང་ནང་དུ་སྐུ་སེར་པོ་མོ་ཐམས་ཅད་
 ལྷན་ཅིག་དུ་ཞབས་བྱོལ་བ་པའི་ཆོས་ལོག་འདི་ཁྱོད་ཆོས་སྤེལ། བྱ་ཉེས་དེ་
 འཇུ་མི་པམ་གྱི་དབུ་ལ་མི་གཡོག་པའི་རེ་བ་ཡིན། །འདི་ནི་དག་འདུན་ལྷག་
 མ་བརྩུ་གསུམ་གྱི་ཡ་གུལ་ཞིག་སྟེ། འདུལ་བ་ལས། སྐྱོན་བྱེད་པའི་ལྷག་མ་ནི། འཕྲིན་
 ལན་གསུམ་བསྐྱེལ་བའི་སྟོན་སྐུ་ལྷ་མི་མཐུན་པའི་སྐྱེས་པ་དང་བྱེད་མེད་འབྲིག་པ་བསྐྱེན་པ་ལ་
 མཐུན་པར་སྐྱར་བའོ། །འདི་ནི་རང་གིས་དངོས་སུ་མ་བྱས་པར་གཞན་ལ་བྱེད་དུ་བརྩུག་ཀྱང་
 རུང་སྟེ། རི་རྒྱུད་དུ། རང་རམ་གཞན་བྱེད་འདུག་ཀྱང་རུང་། །བྱེད་མེད་སྐྱེས་པ་སྐྱེད་ན་ནི། །དག་
 འདུན་ལྷག་མའི་རལ་གྱི་ཡིས། །རང་གི་མགོ་ནི་གཙོད་པར་བྱེད། །ཅེས་སོ། །



མ་གཅེས་ལས་ཁྱེད་རྒྱལ་ལ་འོང་བཞུགས།

2022.7.29

ས་གནས་ལས་བྱེད་པ་རྣམས་ནི་གཞི་རིམ་གྱི་དམངས་དང་ཐད་ཀར་འབྲེལ་
བའི་ཏང་གི་སྤྱི་ཚབ་དང་། སྤྱི་དགུང་གི་སྤྱི་ཚབ་ཅིག་ཡིན་སྟབས་གི་སྤྱི་ཏ་
ཅང་གི་གཡ་ཆེན་པོ་ཞིག་རེད།

१ ཏང་དང་སྲིད་གཞུང་གིས་སྒྲོད་པའི་ལས་འགན་ལེགས་སྐྱབ་དང་། བཙལ་
 པའི་རེ་བ་མ་བརྟེན་པ་བྱ་དགོས། ཏང་དང་སྲིད་གཞུང་གིས་བཙལ་པའི་ལས་
 འགན་ནི་རང་རང་གིས་འགོ་བྲིད་པའི་ས་གནས་དེའི་མི་དམངས་རྣམས་ཀྱི་སྤུ་
 བྱའི་སྒོའ་གསོ་ལ་གལ་གནད་དུ་འཛིན་ཞིང་ཡོན་ཏན་ཅན་གསོ་སྒྲོད་དང་།
 མི་དམངས་རྣམས་ལ་ཞིང་འདྲོག་ཞོར་གསུམ་གྱི་ལས་ཀའི་དམིགས་ལྷལ་དང་།
 ཐབས་ཤེས་བསྐྱབས་ཤིང་སྤྱོད་པའི་ལ་ཕོངས་པ་མེད་པའི་གྲོང་སྡེ་ཞིག་ལ་བསྐྱར་
 ཐབས་པའི་རེ་བ་ཡོད།

२ ལས་བྱེད་པའི་འགན་ནི་མི་དམངས་ཀྱི་ཁེ་ཕན་སྤྱང་སྐྱོབ་དང་། འཚོ་བ་
ཡར་ལྷན་གཏོང་རོགས་བྱ་དགོས། མི་དམངས་ཀྱི་ཁེ་ཕན་སྤྱང་སྐྱོབ་བཟུང་བ་དེ་
ཁོ་ཚོ་ལ་རྒྱ་རྒྱུ་སྒྲ་ཚོགས་ཀྱི་སྒོ་ནས་གྱོང་གུང་མི་རག་པའི་ལས་ཤིག་ལ་བཟུང་།
དཔེར་ན། ཞིང་འབྲོག་ས་ཁུལ་གྱི་མི་དམངས་རྒྱུ་ཕས་ལ་ཡོན་ཏན་མེད་སྟབས་
དང་རབས་ཆ་འཕྲིན་ལྷ་སྟོག་མི་ཤེས་པས་སྐབས་མོབ་མི་དམངས་ལ་ཁེ་ཕན་
ཡོད་པའི་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་སྲིད་རྒྱུ་གང་ཡོད་ཏེ་མ་གོ་བས་རྒྱས་འགྲུངས་འགོ་
བའི་གྱོང་གུང་དང་། བྱིས་ས་ལྷགས་ཡག་པོ་མི་ཤེས་པའི་དབང་གིས་བྱ་བ་
ཆུང་རྒྱུ་ཆེད་རྒྱ་བྱིས་ས་འགལ་ཆེན་པོ་བྱེད་སྲིད་པ་སོགས་ཀྱི་གྱོང་གུང་དེ་
དག་སྒོན་འགོག་གི་ཆེད་རྒྱ། གསར་འགྱུར་དང་བྱིས་ས་ལྷགས་རྒྱུ་ཕས་རྒྱས་
རྒྱ་རྒྱལ་བསྐྱེད་བྱེད་པ་མ་ཟད། རྒྱས་རྒྱུ་ཕས་འཆར་ཅན་རྒྱ་རྒྱལ་བསྐྱེད་བྱེད་
སྐྱོབ་གསོའི་ལས་འགལ་སྤེལ་རོགས་བྱ་དགོས། མིག་སྔར་མགོ་བསྐྱོར་གཏོང་།

མཁན་བྱ་རྒྱུ་རྒྱ་རྒྱ་ཆུང་གི་གཞོན་པ་ཇི་ལྟར་ཡོད་པའི་སྐོར་དང་། སྤུངས་ལྷན་གྱི་ལོ་དག་གིས་ཚོངས་དང་དྲིལ་བསྐྱགས་གིས་མགོ་བསྐྱོར་གཏོང་བའི་འགལ་རྒྱུ་དེ་དག་སྔོན་འགོག་གི་ཆེད་དུ་རྒྱ་ལོག་དང་རྒྱ་ལོག་གི་བསམ་སྒྲིལ་འཛིན་ཤེས་པའི་སྒྲིབ་གསོ་བྱ་དགོས།

༡ མི་དམངས་ཀྱི་ཁེ་ཕན་ལ་གཞོན་པ་བྱེད་མཁན་གྱི་བྱིས་པ་འགལ་སྤྱི་ལོ་སྔོན་གྱི་བྱེད་མཁན་ལ་མགོ་རྒྱུང་བྱ་དགོས། ཉང་སྲིད་གཉིས་ཀྱི་གཞི་རིམ་ལས་བྱེད་པ་རྒྱུ་ལ་སྤྱད་པའི་ལས་འགན་ནི་དག་འདུལ་གཉེན་སྦྱོར་གི་ལས་རེད། མི་དམངས་སྤྱིའི་ཁེ་ཕན་ལ་གཞོན་པ་བྱེད་མཁན། ཉང་དང་སྲིད་གཞུང་གི་བཀའ་སྒྲིབ་ལ་བཙེ་བཀའ་མི་བྱེད་མཁན། ས་གནས་ལས་བྱེད་པའི་བྱིས་པ་མཐུན་གྱི་སྒྲིབ་གསོ་དང་བཀོད་སྤྱི་ལ་མི་ཉེན་མཁན། སྤུངས་ལྷན་གྱི་ལས་འགན་ཆུང་གི་ལས་འགན་ལ་ཉེན་མཁན་ལྟར་འཛིན་པ་དེ་དག་ལ་བྱིས་པ་ལྟར་བརྟེན་པ་བྱེད་དགོས། དེ་ནི་མི་དམངས་སྤྱིའི་ཁེ་ཕན་སྤྱད་སྒྲིབ་ཀྱི་ཆེད་དུ་རེད། འོན་ཀྱང་ལས་བྱེད་པའི་ནང་ལས་ཉང་དང་སྲིད་གཞུང་གིས་ཡིད་ཆེས་ནས་བྱེད་རང་ལ་བཙེ་བཀའ་བའི་ལས་འགན་མི་དམངས་ལ་ཞབས་འདེགས་ཞུ་བའི་རེ་བ་དེ་ལས་ལྡོག་སྤྱི། མི་དམངས་ཀྱི་སྤྱད་གཏུགས་བྱེད་ཅིང་། མི་བཟང་པོ་ལ་མ་ཉེས་ཁ་ཡོག་གིས་མགོ་རྒྱུང་བྱེད་མཁན་གྱི་ལས་བྱེད་ཀྱང་ཉུང་ཤས་ཡོད་སྲིད་པ་དེ་ལ་དོགས་ཚོན་གནང་དགོས། དཔེར་ན། ཉེ་ཆར་ཉེ་པོ་ཐང་ཁུན་གྱི་ཁྱོད་གི་བྱིས་པ་སྤྱད་གཏུགས་བྱེད་མཁན་ལ་བརྟེན་བཙེ་བཀའ་དང་བརྟེན་པའི་དོན་རྒྱུ་དེ་བརྟེན་ནས་ཉང་སྲིད་ཀྱི་ལས་བྱེད་པ་འགོ་བཟུང་ཉུང་ཤས་ཤིག་ནི་ཉང་སྲིད་གཉིས་ཀྱི་རེ་བ་ལས་ལྡོག་པའི་ལས་ཀྱི་བྱེད་མཁན། བྱིས་པ་དང་རྒྱ་ལོ་པའི་སྤྱད་གཏུགས་གལ་ཆེ་ཤོས་ཤིག་ཆགས་ཡོད་པ་ཅི་མ་མ་བཟད། དུས་ལྡན་རིང་པོ་ཞིག་ལ་མི་དམངས་ཀྱི་བདེ་འཇགས་དང་། བྱིས་པ་མཐུན་ལྟར་ཀྱི་ལས་ཀྱི་བྱེད་མཁན་རྒྱུ་ལ་མགོ་གཞོན་ཆེན་པོ་ཞིག་བྱེད་ཡོད་པ་སྒྲིལ་མ་དགོས་པ་རེད། དེ་ནི་གཞི་རིམ་ལས་བྱེད་པ་རྒྱུ་ལ། ཉང་སྲིད་གཉིས་ཀྱི་རེ་བ་སྤྱད་མེད་དུ་མ་དོར་བ་སྒྲིབ་གཏུགས་ཤིག་གིས་མི་དམངས་ལ་ཞབས་འདེགས་

ཞུ་ཐུབ་པའི་རེ་བ་ཡོད།

༤ སྒྲོར་མོ་མཐོང་རུས་ཏང་གི་སྲིད་རུས་དང་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་ཚ་བྲིམས། འཛིག་
 རྟེན་མི་ལུགས་ཀྱི་ལས་རྒྱ་འབྲས་ནམས་མ་བཟེད། གཞི་རིམ་ལས་བྱེད་པ་ནམ་
 པ། རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་གཞུང་ཞབས་པ་ཞིག་ཆགས། འགོ་བྲིད་ཀྱི་གོ་གནས་ཤིག་
 རག་ཚར་རུས། ཏང་གི་སྒྲིག་ལམ་དང་། རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་ཚ་བྲིམས། འཛིག་རྟེན་
 མི་ལུགས་ཀྱི་ལས་རྒྱ་འབྲས་གསུམ་པོ་དེ་མ་བཟེད་པར་བྱས་ན་ཡུལ་རྒྱུང་
 བའི་ཏང་སྲིད་ཀྱི་ལས་བྱེད་པ་ཟེར་ཚོག་པ་ཞིག་རེད། དེ་ལས་ཕྱོག་པ་སྒྲོར་མོ་
 ཞིག་མཐོང་རུས་ཚ་དོན་དང་། ཚ་བྲིམས། ལས་རྒྱ་འབྲས་ཚང་མ་བཟེད་ཅིང་།
 ཁྲམ་པ་དང་། རག་ཚོགས་དེ་ལ་ཁེ་སན་ཐོབ་པའི་ཆེད་རྒྱལ་སྐྱེས་ཀྱི་བྱས་ན།
 གནས་སྐབས་རྒྱ་ཆེའི་མི་དམངས་ལ་ཁྱོད་གུད་དང་། མཐར་ཐུག་ཁྱོད་མི་ཆེ་
 གཅིག་གི་མཁུན་ལམ་བརྒྱགས་ངེས་རེད། དེས་ན་གནས་སྐབས་ཅམ་གྱི་མིག་
 ཐག་ཐུང་བའི་ཁེ་སན་གྱི་ཆེད་རྒྱུ། མི་ཆེ་གཅིག་གི་ཁེ་སན་འཕྲོ་བརྒྱགས་མ་
 བྱེད། མདོར་ན། མི་དམངས་ཀྱི་ཁེ་སན་སྤྱང་སྤྱོད་བྱ་རྒྱུ་དེ་ནི་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་
 འོས་འགན་ཡིན་ལ། ཐོད་ཀྱི་སྤྱོལ་རྒྱན་རིག་གནས་ནང་རྒྱལ་སྐྱེས་རྒྱ་འབྲས་
 བསྐྱེད་ཟེར་བ་དེ་འང་འདི་ལས་གཞན་པ་ཞིག་བསྐྱེད་བྱ་མེད་པར་ཤེས་དགོས།

གཏི་མུག་གི་སྒོ་ནས་སྦྱིན་པ་མ་བཟང་།

2022.8.23

གཏི་མུག་གི་སྒོ་ནས་སྦྱིན་པ་གཏོང་ན་ཕན་འབྲས་ཡོང་མ་གྲིན་པ་རེད། དེར་
 རུས་པོད་ལ་རྟོག་དབྱིབས་ནད་རུག་བྱུང་པའི་སྐབས་སུ་མི་སྦྱོར་དང་དགོན་པ་
 ཁག་གཅིག་གིས། རིམས་ནད་འགོག་བཅོས་ཆེད་རུ་ཞབས་འདེབས་སྒོར་མོ་
 མང་པོ་ཕུལ་ཞིང་ཡོད་པར་ཐོས། ཁ་སང་སྐད་འཕྲིན་གྱི་དྲ་བའི་ཐོག་མཐོང་
 པ་ལྟར་ན། རོ་མོ་ཞིག་གིས་སྒོར་མོ་འབུམ་གཉིས་ལྷག་ཙམ་ཞིག་རིམས་ནད་
 འགོག་བཅོས་ཀྱི་ཆེད་རུ་ཞབས་འདེབས་ཕུལ་ཡོད་ཚུལ་གསལ། དེ་ནི་མི་སྦྱོར་
 གྱི་ངོས་ནས་བཤད་ན་ཏ་ཅང་གི་ཞབས་འདེབས་ཆེན་པོ་ཞིག་རེད། དེ་བཞིན་
 རུ་དགོན་པ་ཁག་གཅིག་གིས་ཀྱང་ཞབས་འདེབས་གང་འཚམས་གནང་བཞིན་
 ཡོད་པའི་གནས་ཚུལ་མཐོང་། སྦྱིར་འཇམ་གླིང་རྒྱལ་ཁབ་ཐམས་ཅད་དང་།
 སྒོས་སུ་ཀྱང་གོའི་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་ནང་རུ་རྟོག་དབྱིབས་ནད་རུག་གིས་གནོད་འཚེ་
 བྱུང་ནས་ལོ་ངོ་གསུམ་ཙམ་ལ་སྦྱོབས་ཡོད་ཀྱང་དེ་ལ་ཞབས་འདེབས་སྒོར་མོ་
 དགོས་པའི་འཕོད་སྐུལ་ཡོད་པ་མ་མཐོང་། རྒྱ་མཆོན་གང་ཞེ་ན། རིམས་ནད་
 འགོག་བཅོས་ཀྱི་འགྲོ་སྤང་གང་དགོས་པ་ཐམས་ཅད་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་ནོར་གྲིང་
 མཛོད་ནས་གཏོང་བཞིན་ཡོད་རེད། དེ་ནི་འཇམ་གླིང་སྦྱིར་འགྲོས་རེད། རྒྱལ་
 ཁབ་ནོར་མཛོད་ལ་མི་སྦྱོར་གྱིས་ཞབས་འདེབས་ཕུལ་ཡང་གཏང་སའི་ཡུལ་ལ་
 ཕན་ཐོགས་གང་ཡང་མི་ལུས་པ་དང་། གཏོང་མཁན་རང་གི་རྒྱ་ནོར་གྲོན་
 བརྒྱལ་གི་རྒྱལ་ས་མ་འདས་པ་ཞིག་རེད། དཔེར་ན། ས་འགུལ་དང་རྒྱ་ལོག་
 སོགས་སྒོ་བྱར་རུ་བྱུང་བའི་རང་བྱུང་ཁམས་ཀྱི་གནོད་འཚེའི་དབང་གིས་མི་
 རིམས་ལ་ལྷོ་གོས་དང་། སྤོད་གནས་སོགས་ཀྱི་དཀའ་ངལ་འཕྲད་སྐབས་ལྟ་བུ་
 ལ་འཇིག་རྟེན་མི་ཚོས་རིང་ལུགས་ཀྱི་སྒོ་ནས་ཚང་མས་ཞབས་འདེབས་འབུལ་

སྒྲོལ་དེ་འཛམ་སྤྱིང་སྤྱིའི་ཡུགས་སྒྲོལ་རེད། ང་རང་ཚོས་ཀྱང་ཤེས་རབ་ལྡན་
པའི་སློ་ནས་འཛམ་སྤྱིང་གི་ཡུགས་སྒྲོལ་དེ་དག་ཤེས་རྟོགས་བྱ་རྒྱུ་གཤམ་ཆེན་
རེད་སྟེ། རྒྱལ་ཁབ་ཀྱིས་འཛོད་སྐུལ་མ་བྱས་པའི་ཞབས་འདེབས་དེ་གཅིག་
ཀྱང་ཀྱིས་དོ་དམ་བྱེད་མཁན་ཆེད་ལྡན་ཞིག་ཡོད་པ་དཀའ་མོ་རེད། ལས་
ཁུངས་དང་ཚོགས་པ་ཆེད་ལྡན་ཞིག་གི་ལག་ཏུ་ཞབས་འདེབས་རྣམས་འབྱོར་
ན་ཟུར་བཀག་བྱས་པའི་ནད་པ་རྣམས་ཀྱི་འཚོ་བའི་ཆེད་དུ་བེད་སྤྱོད་གཏོང་
སྤྱིད། གཤམ་ཏེ་རྒྱལ་ཁུངས་དཔོན་རིགས་ཁག་གི་ལག་ཏུ་འབྱོར་ན། བོད་ཀྱི་
གཏམ་དཔེ་ལ། སྤྱང་ཁུའི་རྩ་མ་ལ་ཤ་བཏགས་པ་ཟེར་བ་དང་། རྒྱའི་གཏམ་
དཔེ་ལ། ཤ་མོག་མོག་གིས་བྱི་བརྒྱང་ཟེར་བའི་དཔེར་ལས་མ་འདས་པ་ཞིག་
རེད། དེས་ན་འཇིག་རྟེན་ཚོས་བརྒྱད་ཀྱི་བསམ་སྒྲོས་མ་གོས་པའི་བྱམས་པ་
དང་། སྤྱིང་རྩའི་སློ་ནས་སྤྱིན་པ་ཞིག་བཏང་སེམས་ཡོད་ན་གནས་གང་ལ་
གཏང་དགོས་པ་དང་། ཐབས་གང་གིས་གཏང་དགོས་པ་ལེགས་པར་དབྱེད་
དེ་སྤྱིན་པ་བཏང་ན་འབྲས་བུ་གནད་དུ་སྤྱིན་པ་འབྱུང་སྤྱིད། ཞབས་
འདེབས་སྐུལ་བའི་ཡུལ་དེ་དཀའ་ངལ་དང་འབྲེད་པའི་མི་སྡེར་ལ་སྤྱད་ན་ཕན་
ཚོགས་ཡོད་ངེས་རེད། དེར་དུས་གཞན་ལ་རོགས་སྐྱོར་ཡིན་ཟེར་བའི་བྱམས་
སེམས་ཚོགས་པ་དང་། སྒྲོག་བསྐྱུ་ཚོགས་པ་ཟེར་བ་འདི་དག་བརྒྱད་ནས་
ཞབས་འདེབས་འབུལ་ན་སྤྱིན་པ་གནད་དུ་ཐེབས་པ་ཞིག་ཡོང་དགའ། དེ་
བས་སྒོ་བ་སྒྱོར་ལ་དཀའ་ངལ་ཡོད་པའི་སྒོ་བ་མའི་སྒོ་བ་ཡོན་དང་། ལྷོ་གོས་ཀྱི་
འགྲོ་སོང་དང་། ནད་པ་ཉམ་ཐག་མཆིན་པ་དང་། མཁལ་མ་བརྗེ་དགོས་པའི་
རིགས་དང་། བྱུ་དཀར་པོའི་ནད། ངན་སྐྱོན་ཀན་སའི་ནད་པ་སོགས་ལ་
ཐད་ཀར་རོགས་རམ་བྱས་ན་སྤྱིན་པ་དོན་དང་ལྡན་པ་ཞིག་རེད། འོན་ཀྱང་
ཁྱོད་རང་སྡེར་ལ་དྲིལ་བསྐྱགས་ཆེན་པོ་ཡོང་དགའ། རྒྱ་མཚན་དེ་ལྟར་ན་ཤེས་
རབ་ལྡན་པའི་སློ་ནས་སྤྱིན་པ་བཏང་བ་གཤམ་ཆེ། །

དཔལ་སྤངས་སེ་རུའི་འབྱུངས་སྐར་ལ་ཤིས་ཆེག

2022.9.4

དཔལ་ལྷན་རྒྱགས་པོའི་བསྟན་པའི་མངོས་རྒྱན་ཞིག །
 དཔལ་ལྷལ་ལྷོངས་སུ་སྤྱོད་པའི་དཀྱིལ་འཁོར་བཞད། །
 དཔལ་སྤངས་ཆོས་ལྷེའི་གསེར་གྱི་ཁྲི་འཕངས་ལ། །
 བསྐྱོད་པོད་ཅེས་པའི་མཆོན་སྟན་བཞེས། །

གངས་རིའི་ལྷོངས་སུ་བསྟན་པའི་ཆོས་སྒྲོར་ཞུགས། །
 འཕགས་པའི་ལྷལ་རུ་བསྐྱབ་གསུམ་རྒྱལ་མཆོན་འཛིན། །
 སྤྱིགས་མའི་རུས་སུ་སྤྱིང་པོའི་བསྟན་པ་བསྐྱུངས། །
 བཀའ་བརྒྱུད་མོང་མའི་རྣམ་ཐར་བྱིད་ཀྱིས་བཞེས། །

རྒྱན་རྒྱག་མཆོག་གཉིས་རྒྱ་གར་ལྷལ་རུ་ཐེབས། །
 བརྒྱུད་པའི་གདམས་ངག་བྱིད་ཀྱི་ཁུར་རུ་བབས། །
 ཡོན་ཏན་འོད་ཀྱི་མཛེད་མིན་རྒྱན་འཛིན་པ། །
 འཕགས་པོད་གཉིས་ན་བཅུན་པ་བྱིད་ཉིད་ཅམ། །

བཤད་སྐྱབ་གཉིས་ཀྱིས་རྒྱགས་བརྒྱུད་བསྟན་པ་འཛིན། །
 བསྐྱབ་པ་གསུམ་གྱིས་རྒྱག་ལྷེའི་རུ་མཆོན་འགོག། །
 བདེན་པ་བཞི་ཡིས་ལམ་གྱི་གནས་ལྷགས་སྟོན། །
 བསྟན་པའི་ཉིན་མོ་བྱིད་པའི་རྣམ་འཕྲུལ་དངོས། །

སྤྱན་མིན་ཉམས་བྲིད་ཟབ་ལམ་ཚོས་དྲག་དང་། །
 སྤྱན་མོང་གཞུང་བཤད་བཀའ་ཕྱག་བྱང་འཇུག་གཉིས། །
 གདུལ་བྱའི་སྒོ་དང་བསྟན་པའི་ཚོས་ཚུལ་འདི། །
 མར་མི་དྲགས་གསུམ་སྒྲར་ཡང་འབྱོན་དང་མཚུངས། །

ཚོས་གོས་གྱི་གོས་བསྐྱར་བའི་སྒྲིང་སྒྲོབས་མེད།
 རྟོག་གྱུར་གཏེར་རྩས་མཐོང་བའི་འཕྲུལ་སྤྱན་མེད། །
 དཔྱལ་བའི་ཆ་འཕྲིན་ལེན་པའི་བརྩ་རྟགས་མེད། །
 གུན་མཁྱེན་སི་རུའི་སྤྱགས་ལ་གཡོ་འཕྲུལ་མེད། །

སེམས་ཉིད་མ་དུལ་རྩི་ལྷགས་འདུལ་བ་དང་། །
 མངོན་གྱུར་མ་རྟོགས་རྟོག་གྱུར་མཁྱེན་པ་སོགས། །
 དེར་དུས་སྒྲ་ཆེན་པལ་གྱི་བྱད་ཚོས་རྣམས། །
 དཔལ་སྤངས་སི་རུའི་སྤྱ་ལས་རིང་དུ་བྲལ། །

སྤྱལ་སྤྱའི་གདུང་སྤྱས་གྱི་བའི་ཚང་བཞིན་བརྩོལ། །
 ཚོས་ལོག་རྣམ་བཤད་མདོ་སྤྱགས་འཚོལ་ཉོག་སྤྱོད། །
 བང་པའི་བསྟན་པ་སྒྲ་མས་བཤེགས་དུས་འདིར། །
 གང་ཉིད་འདུལ་བྲིམས་རྒྱ་ལས་གྲོལ་མ་རུས། །

སྒོམ་མེད་སྤྱལ་སྤྱ་མངོས་མའི་མགོན་དུ་བྲེལ། །
 བྲིལ་མེད་སྤྱགས་པས་རང་རིགས་མགོ་བོ་བསྒྲོར། །
 རྒྱལ་བའི་བསྟན་པ་རུབ་རིར་སྤྱགས་དུས་འདིར། །
 རྒྱལ་བསྟན་ཡང་དག་འཛིན་པ་བྲིད་ཉིད་ཅམ། །

མདོར་ན་སྤྱབ་པའི་དབང་པོའི་རིང་ལུགས་ལས། །
ལྷ་སྤྱོད་གཞན་ལུགས་མ་གྱུར་རང་ཚུགས་ཅན། །
གངས་ཅན་མཁས་པའི་རྒྱན་བཞིའི་རྣམ་དཔྱད་ཀྱན། །
བྱིད་གྱི་མཁའ་རབ་སྒོར་དུ་བསྐྱེམས་པ་བཞིན། །

སྤྱི་འགོའི་བསོད་ནམས་ཡར་ངོའི་ཁླ་ལྟར་འཕེལ། །
མ་མགོན་མགར་གསུམ་སྤྱན་ལས་སྒོག་ལྟར་རྒྱུར། །
དཔལ་ལྷན་རང་བྱུང་རིག་པའི་རྩོ་རྩེ་མཆོག །
སྤྱན་ལས་དབྱེས་ཞལ་གསར་པ་བྱིད་གྱིས་སྤྱེས། །

འཇམ་སྤྱིར་ཤར་རུབ་གོང་སྤེ་བཞིན་དུ་འབྱེལ། །
ཆོན་རིག་ཤེས་བྱ་འཇམ་ཆོན་བཞིན་དུ་བཀྲ། །
བདེན་པའི་རྩོ་རིང་གཞན་དུ་མི་འགྱུར་བ། །
གོ་ལའི་གཙུག་ན་རྟོག་ལྟར་བྱིད་གྱིས་བསྐྱེདས། །

བདེན་དོན་རྒྱན་འབྱོརས་དམ་ཆོས་སྤྱིར་པོ་དང་། །
ཆོས་ལོག་འགོག་པ་བསྐྱན་པའི་བྱི་དོར་ཡིན། །
སྤྱད་ནས་རྒྱལ་བསྐྱན་སྤྱི་དང་དུགས་བརྒྱད་ལ།
དྲི་མེད་གཞུང་ལུགས་སྤེལ་བའི་དེད་དཔོན་མཛོད། །

བགྲང་བྱ་མཁའ་རི་དབྱར་དགུན་ལོ་འདབ་བཞིན། །
སྤྱིར་པོའི་འབྲས་བཟང་བསྐྱབ་གསུམ་རྣམ་དག་དངོས། །
འབྱུང་འགྱུར་གསུལ་བྱའི་ལྷག་མ་བསྐྱུང་དང་ལྷན། །
རྒྱལ་བསྐྱན་བྱི་དོར་ལས་ལ་མ་གཤེལ་ཞིག །

ཅེས་པ་དུའི་སི་ཏུ་པར་དོན་ཡོད་ཉིན་བྱེད་མཆོག་དགའ་གྲངས་བདུན་ཚུར་ཐེབས་པའི་
 འབྲུངས་སྐར་གྱི་ལེགས་སྒྲིས་ཆེད་དུ། རེ་ཉིད་ཀྱི་མཛོད་སྤྱིན་དང་འབྲེལ་བའི་ཤིས་ཆོག་
 མདོར་བཟུས་ཤིག་དགོས་པ་དེལ་ཚུར་བྲམ་མ་ཀུན་ཁྱབ་གྱིས་བཀའ་བཞོད་ལྟར་ཐོད་ཀྱི་སྤྱན་
 དག་སྒྲུབ་པའི་རྒྱལ་ཁམས་པ་རྒྱལ་བཟུན་སྤྱན་ཆོགས་དེས། རབ་བྱུང་བརྒྱ་བདུན་པའི་ཚུ་
 སྤྱག་ལོའི་རྒྱ་བ་བདུན་པའི་ཆོས་བརྒྱད་རེས་གཟུང་ཉི་མ་དང་། སྤྱི་ལོ་༢༠༢༢ལོའི་རྒྱ་བ་
 པའི་ཆོས་ལ་ཉིན། རྒྱ་ནག་ཁོན་དུའི་གྲོང་གི་སྤོ་རུབ་མི་རིགས་སློབ་གྲྭ་ཆེན་མོའི་རང་ཤག་
 ནས་སྤྲེལ། །



ཁམ་པའི་གཡོ་འོག་ཏུ་མ་ཚུད་པར་གྱིས།

2022.9.13

ཁམ་པའི་སྤང་ཆ་སྒྲན་པོ་ནི་ཞི་མིས་བྱི་བ་མགོ་བསྐྱོར་གཏོང་བའི་སྤྱད་དང་དོན་གཅིག་རེད། བོད་ཀྱི་འབྲོག་པ་ནམས་ལ་འབོད་སྐུལ་ཞུ་བར། ཁམ་པའི་གཡོ་འོག་ཏུ་མ་ཚུད་པ་བྱ་རྒྱུ་གལ་ཆེ། ཉེ་སྔོན་དུ་མིང་ཏུ་ཁམས་རིན་ཆེན་ཟེར་བ་ཞིག་གིས་དུ་བའི་ཐོག་ཏུ་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་བྲིམས་དང་འགལ་བའི་ཁམ་པའི་སྤང་ཆ་ཁ་ཤས་ཤིག་སྤེལ་འདུག་པ་དེ་ལ་ངས་བསམ་པ་བཟང་པོའི་སྒོ་ནས་སློབ་གསའི་ཡི་གེ་ཞིག་བཏང་པ་ཡིན། དེ་ལ་ཟིན་བྱིས་འབྲི་མཁན་ཞིག་གིས། ཁྱོད་རང་མི་སྤྱག་པོ་རེད། ཁམས་རིན་ཆེན་ནི་མི་རིགས་ལ་རྒྱ་ཅན་གྱི་མི་ཞིག་རེད། ཁྱོད་རང་གིས་བཤད་པ་དེ་ཁོང་ལ་རྒྱལ་ཁབ་སྤྱིད་རྒྱས་གྱིས་མགོ་བརྒྱུང་བུ་བའི་གཏམ་རེད། ཅེས་བྱིས་འདུག། དེར་བརྟེན་ངས་ཁམས་རིན་ཆེན་ཟེར་བ་དེ་ཁམ་པ་ཞིག་ཡིན་པ་དང་། དེ་ལ་རྒྱབ་སྐྱོར་བྱེད་མཁན་དེའང་ཁམ་པ་ཞིག་ཡིན་པ་རྗེས་སུ་དཔྱགས་བྱུང་། དཔེར་ན། མི་ཞིག་དང་འདྲེ་ཞིག་མཉམ་པོར་ཡོད་ཆེ། ལྷ་ཞིག་མཐོང་ན་མི་དེས་དགའ་དད་བྱེད་ཅིང་། འདྲེ་དེར་འཇིགས་སྐྱུག་སྐྱེ་ངེས། ལྷ་གཅིག་གིས་མི་དང་འདྲེ་གཉིས་ལ་ཆོར་སྤང་མི་འདྲ་བ་གཉིས་སྟེར་བའི་རྒྱ་མཚན་ནི། མི་ནི་ལྷ་ཡི་བསྐྱུང་བུ་དང་། འདྲེ་ནི་ལྷ་ཡིས་བསྐྱུང་བུ་ཡིན་པའི་སྤྱིར། དེ་བཞིན་དུ་དེང་རབས་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་ནང་དུ། བདེ་འཇགས་མེད་པའི་ཁྱོམ་ར་ཞིག་གི་ས་ན་མི་བདེན་དྲང་ཅན་ཞིག་གིས་ཉེན་རྟོག་པ་ཞིག་མཐོང་ན་དེའི་སེམས་ལ་བདེ་འཇགས་ཀྱི་སྤང་བ་སྐྱེས་ལ། རྒྱན་མ་དང་ཁམ་པ་ཞིག་གིས་ཉེན་རྟོག་པ་ཞིག་མཐོང་ན་འཇིགས་སྤང་སྐྱེས་ངེས་རེད། ཉེན་རྟོག་པ་མི་གཅིག་གིས་གང་ཟག་གཉིས་ལ་ཆོར་བ་མི་འདྲ་བ་རེ་སྟེར་བ་དེ། གང་ཟག་རང་རང་གི་ངོས་ནས་མི་བཟང་ངན་གྱི་ཁྱད་པར་ཡོད་པའི་སྟེན་

གྱིས་རེད། ཁམས་རིན་ཆེན་ལ་རྒྱལ་ཁབ་སྤྱིད་རྒྱས་གྱིས་མགོ་བརྒྱུད་བྱས་པས་
 བ་ཁྱོད་མི་ངན་རེད་ཟེར་བའི་གཏམ་དེས། ཁམས་རིན་ཆེན་དང་ཁྱོད་རང་
 གཉིས་ཀ་སྤྱིག་ཁྱིམ་མི་སྤྱང་མཁན་གྱི་ཁྱམ་པའི་སྡེ་ཆོན་ཞིག་ཡིན་པ་ཤེས་
 གྱུབ། སྤྱིད་རྒྱས་ཟེར་བ་དེ་རྒྱལ་ཁབ་འཕེལ་རྒྱས་དང་། མི་དམངས་བདེ་སྤྱིད་
 ཡོང་བའི་མཐུན་སྦྱགས་ཀྱི་ཐབས་ཤེས་ཤིག་རེད། ཐབས་ཤེས་དེས་མགོ་བརྒྱུད་
 བྱ་ཡུལ་ནི་ཁྱིམ་ལགལ་སྤྱིག་སྦྱོག་བྱེད་མཁན། ལས་འབྲས་བྱེད་བསད་བྱེད་
 མཁན་ཞིག་ཡིན་པ་བཤད་མ་དགོས་པ་རེད།

ཞིང་འབྲོག་མི་དམངས་ཚང་མས་ཤེས་པར་བྱ་རྒྱུ། དང་པོ། ལས་རྒྱ་འབྲས་
 སྤྱང་མཁན་གྱི་མི་ཟེར་བ་དེ་གང་ལ་ཟེར། དེ་ནི་རྒྱལ་ཁབ་དང་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་
 ཁྱིམ་དང་། སྤྱིག་ལམ་སྤྱང་མཁན་དེ་ལ་ཟེར། ཁྱིམ་དང་འགལ་བའི་ལས་
 བྱེད་མཁན་ནི། རྒྱ་འབྲས་དང་འགལ་བའི་ལས་རེད། བྱི་ལ་ཁྱིམ་ལགལ་གྱི་
 ལས་བྱེད་མཁན་དེའི་སེམས་ནང་ལ་ལས་རྒྱ་འབྲས་མེད་པ་རྗེས་དཔག་གིས་
 རྟོགས་གྱུབ་པ་ཞིག་རེད།

གཉིས་པ། མི་རིགས་ལ་རྒྱ་ཅན་ཟེར་བ་དེ་གང་ལ་ཟེར། མདོར་བསྡུས་ན།
 ཡོན་ཏན་སྤྱོད་ཞིང་གཞན་པན་གྱི་བསམ་པ་ཡོད་པ་དང་། ཡུལ་གང་དུ་སོང་
 ཡང་དེའི་ཁྱིམ་ལུགས་ལ་བརྟེན་སྤྱང་བྱེད་མཁན་དེ་ལ་མི་རིགས་ཀྱི་ལ་རྒྱ་ཡོད་
 མཁན་ཟེར། འཛམ་སྤྱིད་སྤྱི་ལུགས་ལྟར་ན་ཡུལ་གང་དེའི་ཁྱིམ་ལུགས་དང་
 འགལ་བའི་ལས་ཀ་བྱེད་མཁན་དེ་ནི། མི་དེའི་ངོ་སོ་རྒྱན་ཇག་ཁྱམ་གསུམ་གྱི་
 རང་བཞིན་ལྟན་པ་དང་། ཡོན་ཏན་མེད་པའི་མཐའ་འཁོབ་རྗེས་ལུས་ཀྱི་རྣམ་
 པ་དང་ལྟན་པ་ཞིག་ངོས་འཛིན་ཞིང་། དེ་ལ་བརྟེན་ནས་རྒྱལ་ཁབ་དེ་དང་མི་
 རིགས་དེའི་མཚན་སྟན་ཉམས་པའི་རྒྱ་ཆགས་སྟབས། དེ་ནི་མི་རིགས་ཀྱི་ལ་རྒྱ་
 མེད་མཁན་ཟེར།

གསུམ་པ། དུས་རྒྱུན་ཁྱམ་པའི་གཡོ་འག་དུ་མི་ཚུད་པར་བྱ་རྒྱུ་གལ་ཆེ། སྤྱིར་
 ཡུལ་གྱ་སོ་སོར་ཁྱམ་པའི་རིགས་ལ་རྣམ་པ་མི་འདྲ་བ་མང་པོ་ཡོད་པ་རེད། བྱེ་
 བྱག་མིག་སྒར་པོད་ཀྱི་སྤྱི་ཚོགས་ལ་མཚོན་ན་ཁྱམ་པ་རིགས་གསུམ་སྤྱང་། ཁྱམ་

པ་དང་པོར། སློ་ལོག་གྲུ་ལོག་གི་རིགས་ལས་བྱུང་བ་འདི་ལ་ཁྲམ་པ་དང་།
 རྩམ་པ་རིགས་གཉིས་ཡོད། དེ་ལས་ཁྲམ་པའི་རིགས་ནི། སློ་ཤོས་ཤྱོན་ཞིང་
 རང་གིས་བསྐྱུང་བུ་བསྐྱུབ་སྒྲིམ་མི་བསྐྱུང་བ། དགོན་པའི་མིང་སྟོག་ནས་མི་
 དམངས་ལ་ཆོས་ཁྲིམས་སྡེ་ཆོགས་བཞག་ཅིང་། ལས་ཁྲལ་སྡེ་ཆོགས་བཞོད་པ།
 ཁོ་ཆོའི་བཀའ་ལྟར་མི་བྱེད་པ་ནམས་ལ་ཆད་པ་བཅད། རྩེབ་རྩུང་བྱེད། ས་
 བདག་རྩུབ་བདག་བྱེད། མདོར་ན་རང་དང་ཆོས་ལུགས་ཀྱི་ཁེ་ཕན་ཆེད་རྩེ་མི་
 དམངས་ཁེ་ཕན་ལ་རྟོག་བརྩིས་བྱེད་མཁན་དེ་ལ་སློ་ལོག་ཁྲམ་པ་ཟེར། གཉིས་
 པ་སློ་ལོག་རྩམ་པ་ནི། རང་གི་བསྐྱུབ་སྒྲིམ་མི་བསྐྱུང་པ་གཞི་བཞག་གི་སྟོག་རྩུ།
 མཐོང་བ་མདོན་ཤེས་དང་། ལྟ་མཐོང་འདྲེ་མཐོང་བཤད་ཅིང་མི་དམངས་ཀྱི་
 ལག་ནས་རྩུ་ལོར་གཡོ་ལེན་བྱེད་མཁན་ཏེ། དཔེར་ན། ཡ་ཆེན་གྱི་འདས་ལོག་
 དང་སྟེ་རྩུགས་བཤད་མཁན་གྱི་སློ་ལོག་འགའ་ཞིག་ཡོད་པ་དེ་དག་ལྟ་བུ་རེད།
 ཁྲམ་པའི་རིགས་གཉིས་པ་དེ། དེ་ནི་བོད་ཀྱི་སྤྲུན་པའི་ནང་རྩུ་གནས་ཡོད་
 པ་ཞིག་རྟེ། སྤྲུན་པ་འགའ་ཞིག་གིས་ནད་པ་ལ་ཕན་དང་མི་ཕན་མི་དབྱུང་
 པར་ནད་རིགས་ཐམས་ཅད་ལ་ཁོ་རང་ལ་གང་ཡོད་པའི་སྤྲུན་དེ་བཙོང་བ་
 དང་། ཡང་ན་ནད་པ་ཐམས་ཅད་ལ་རིན་ཆེན་མང་སྦྱར་དང་། ལུ་ཏིག་
 བདུན་རྩུ་སྟགས་ལ་ནད་བརྒྱ་སྤྲུན་གཅིག་གི་འགྲེལ་བཤད་བྱེད་ཅིང་འཛོང་
 མཁན་དང་། གཞན་ཡང་ནད་ཀྱི་རྩུ་རྩེན་དང་། རོ་བོ་སྟགས་གང་ཡང་རོས་
 མ་ཟིན་ནའང་། རང་ལ་ཡོད་པའི་སྤྲུན་དེས་ཕན་པ་ཆོད་བསྐྱགས་བྱེད་པ་རྟེ་
 དཔེར་ན། ཏྲོག་དབྱིབས་ནད་ལ་ལུགས་ནད་སྤྲུན་སྦྱར་ནག་པོ་དག་སྦྱར་དང་།
 ཆམ་སྤྲུན་ལོ་ཤྱོན་མ་སྟགས་ཀྱིས་ཕན་ཞེས་མཐའ་གཅིག་རྩུ་ཐག་བཅད་ཅིང་།
 རང་གི་མི་རིགས་ལ་མགོ་གཡོག་ཅིང་སྤྲུན་བཙོང་མཁན་ལྟ་བུ་ནི་སྤྲུན་པ་ཁྲམ་
 པའི་རིགས་ཤིག་རེད།

ཁྲམ་པའི་རིགས་གསུམ་པ་དེ། ཆོང་པ་ཁྲམ་པའི་རིགས་ཤིག་ཡོད་པར་
 ཐོས། དེར་རྩུས་སྤྲུང་འཕྲིན་རྩུ་བའི་སྟོག་རྩུ་བཞོ་སྤྱིང་ལས་ཐོས་པ་ལྟར་ན། རྩུ་
 མིང་རྩུ་ཁམས་རིན་ཆེན་དང་། མ་དཔལ་འབར་ཟེར་བའི་གཞོན་རྩུ་རྩུང་ཤས་

ཤིག་ཁྲམ་པ་གསར་པའི་ལམ་ཐོག་ཏུ་འགྲོ་ཞིང་ཡོད་པར་ཐོས། ཁམས་རིན་
 ཆེན་ཟེར་བ་དེས་འབྲོག་པའི་ལག་ནས་མ་ཙུ་བསྟུ་ཞིང་ཆོང་ལས་བཙུགས་པ་
 ཡིན་ཟེར་ནས་མགོ་གཡོག་པ་དང་། གཏའ་མའི་མོ་ཁ་བཙོང་སྟེ་འབྲོག་པའི་
 མི་རྒྱམས་མགོ་གཡོག་ཅིང་ཡོད་པར་ཐོས། མ་དཔལ་འབར་ཟེར་བ་དེས། བུད་
 མེད་ཀྱི་ངོ་སྤྲུལ་དང་། རོ་ཤོག་སོགས་རྒྱ་ཡུལ་གྱི་སྤྱུས་ཚད་ཞན་པའི་ཐོན་རྫས་
 ཀྱི་རིགས་རྒྱམས་སྤྱུས་ལེགས་ཚད་ལྡན་གྱི་ཐོན་རྫས་ཡིན་པ་མ་ཟད། རྒྱ་ཁྲིའི་
 སྤྱོད་ཁང་དང་མཉམ་འབྲེལ་གྱིས་བཟོས་པའི་ཐོན་རྫས་ཡིན་པ་རྒྱན་གྱི་དྲིལ་
 བསྐྱགས་བྱེད་ཅིང་བོད་ཀྱི་སྲོང་གསེབ་ཀྱི་བུད་མེད་རྒྱམས་ལ་བཙོང་ཡོད་པ་
 ཐོས། སྤྱིར་ཆོང་ལས་ནི་ཁེ་ལས་ཡིན་སྟབས་གང་འཚམས་ཤིག་གི་ཁེ་ལེན་པ་
 ནི་རྒྱན་ལྡན་གྱི་ལས་ཀ་རེད། འོན་ཀྱང་བཙོང་ཡུལ་སྤྱོད་པོ་བོད་ཀྱི་སྲོང་གསེབ་
 དང་འབྲོག་པ་རྒྱམས་ལ། ཐོན་རྫས་དམན་པ་རྒྱ་ཡུལ་ནས་སྟེབ་ཆོང་གིས་
 སྤངས་པ་དེ་དག་ལ་ཆོད་ལས་འདས་པའི་སྤྱུས་ལེགས་ཡིན་པར་དྲིལ་བསྐྱགས་
 ཀྱིས་ཆོང་ལས་སྟེལ་བ་ནི་ཁྲམ་པའི་ལས་ཀ་ཞིག་རེད།

སྐད་འཕྲིན་དྲ་བའི་ཐོག་ཏུ་བསྟོ་སྤྱིང་བྱས་པའི་བརྗོད་དོན་ལ་དབྱད་ན།
 ཁམས་རིན་ཆེན་ནི་དེང་རུས་སྤྱི་ལོག་ཚོགས་པས་རྟོག་སད་པ་རྒྱམས་ལ་ངོ་
 སྟོལ་བྱེད་མཁན་གྱི་སྤྱི་བོ་མོ་མོ་འགའ་ཞིག་གསོ་སྤྱོད་བཞིན་ཡོད་པ་དེའི་
 གལ་ཞིག་ཡིན་པར་ཐོས། འོན་ཀྱང་ཁོ་རང་གི་སྐད་ཆ་དང་ལག་ལེན་གཉིས་
 ནང་འགལ་ཅན་ཤ་སྟག་མཐོང་།

༡ མི་དམངས་ལ་རོགས་རམ་བྱེད་ཟེར་བ་དང་། རང་གི་ཕ་མ་མགོ་བསྐྱར་
 གཏོང་བ་གཉིས་འགལ་བ་རེད། རྒྱ་ཐོག་ཏུ་གོ་ཐོས་ལྟར་ན། ཁམས་རིན་ཆེན་
 གྱིས་ད་ལྟ་འབྲོག་པ་རྒྱམས་ལ་འབྲུ་ཆོང་གི་རོགས་པ་བྱེད་མཁན་དང་། ཐོན་
 ཕ་མ་གཉིས་ལ་གཉིད་སྤྱོད་སྤྱད་དེ་ཁོང་གཉིད་མཐུག་པོ་སོང་བའི་སྐབས་སུ་
 བྱིམ་གྱི་སྐྱོར་མོ་བྱིར་ན་བྱིམ་ནས་ཡུལ་བུད་ཕྱིན་པ་ཞིག་རེད་ཟེར། ཐོན་གྱི་
 མཇེད་རྗེས་ལ་བལྟས་ན་འབྲོག་པ་ཆོས་ཀྱང་གཟབ་དགོས་པ་ཞིག་རེད་སྟུམ།

༢ སྐད་འཕྲིན་ནང་དུ་རྒྱ་སྐད་བཤད་མི་ཚོག་ཟེར་བ་དང་རྒྱ་མོ་མནའ་མ་

བཞག་པ་གཉིས་འགལ་བ་རེད། ཁོས་ད་ལྟ་དུས་རྒྱུ་མི་ནམས་འབེལ་བ་བྱེད་སའི་སྐད་འཕྱིན་གྱི་བྱ་ཚུལ་གྱི་ཡོད་པ་དེའི་ནང་དུ་མི་སྲུང་གི་སྐད་བཤད་ན་མྱིར་བཏོན་ཞིང་འདུག་ཟེར། མི་གཞན་གྱིས་སྐད་བཤད་ན་སྐད་འཕྱིན་ཁྱེ་ཚོགས་ནས་མྱིར་ཐུང་པ་དང་། རང་གིས་མཁའ་མ་རྒྱ་མོ་ཞིག་ཉར་བ་དེ་གཉིས་འགལ་བ་རེད།

༣ ཚེས་དད་མེད་པའི་མིའི་རོ་བོད་དུ་བཞག་མི་ཚོག་ཅེས་དྲིལ་བསྐྱགས་པ་དང་། ཚེས་ལྷགས་དད་པ་རང་མོས་རེད་ཟེར་བ་གཉིས་འགལ་བ་རེད། ཉེ་སྡོན་ཐད་གཏོང་བརྟན་པར་གྱི་ནང་དུ་ཚེས་ལ་དད་པ་མེད་མཁན་དང་། ལྷ་ལོག་གྲུ་ལོག་ཅེས་སྐྱར་པ་འདེབས་མཁན་འདི་དག་བྱོད་རང་ཚོ་གི་ན་རོ་བོད་དུ་བཞག་མ་ཡོང་། བྱོད་ལ་ཚེས་དད་མེད་ན་ང་ཚོ་བོད་དང་འབེལ་བ་མེད་ཅེས་ཏ་ཅང་རྒྱག་མདོག་སྟོན་ཞིང་བཤད་འདུག །ཁ་སང་ངས་བསམ་བཟང་གི་སྒོ་ནས་བྱོད་རང་སྐད་ཆ་དེ་འདྲ་མ་བཤད། དེ་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་སྲིད་ཅུས་དང་འགལ་བ་མ་ཟད། ཚུ་བྱིམས་དང་ཡང་འགལ་བ་རེད་ཅེས་སྒྲོབ་གསའི་ཟིན་བྲིས་གིས་བཏང་པ་ཡིན། དེ་རིང་དེའི་ལན་དུ། ང་ཚོ་ཚེས་ལྷགས་དད་པ་རང་དབང་རེད་ཟེར་བའི་ལན་ཞིག་སྒྲིབས་འདུག །ཚེས་དད་མེད་ན་རོ་བོད་དུ་བཞག་མི་ཚོག་ཟེར་བ་དང་། ཚེས་དད་རང་མོས་རེད་ཅེས་ཟེར་བ་གཉིས་ནང་འགལ་རེད།

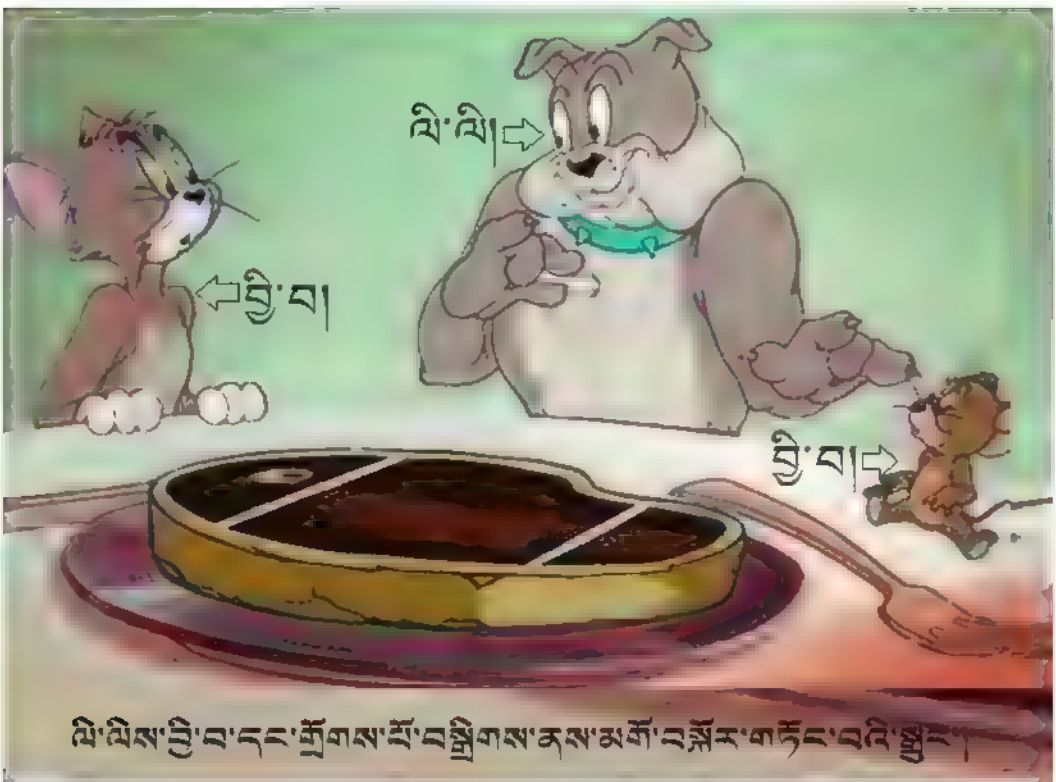
༤ རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་ཚུ་བྱིམས་ལ་མཁས་པ་ཡིན་ཟེར་བ་དང་། བྱིམས་འགལ་གྱི་གཏམ་འཆལ་བཤད་པ་གཉིས་འགལ་བ་རེད། ཁོ་རང་དང་མ་ཡུལ་གཅིག་པ་ཡིན་པའི་ན་གཞོན་ཞིག་གིས་ཁོས་སྟོན་མར་ཁོའི་ས་མ་གཉིས་ལ་མགོ་བསྐྱར་གཏོང་བའི་གནས་ཚུལ་དེ་སྐད་འཕྱིན་ནང་དུ་བཤད་ཡོད་པར་འདྲ། ཉེ་སྡོན་ཁོས་བྱ་ཐོག་དུ་གྲུ་ཤུ་ཟེར་བའི་འབྲོག་ཕྱག་ཅིག་བསྐྱད་བཀོལ་ཏེ། བྱོད་རང་གིས་ངའི་མཆོན་གནས་ལ་དམའ་འབེབས་བྱས་འདུག །ངས་བྱོད་རང་བྱིམས་ཁང་ལ་གཏུགས་གཤེར་བྱ་རྒྱུ་ཡིན། ང་བྱིམས་ལྷགས་ཡག་པོ་གིས་མཁན་ཞིག་ཡིན། གྲུང་དུ་མི་དམངས་སྤྱི་མཐུན་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་ཚུ་བྱིམས་དོན་ཚན་ཉིས་བརྒྱ་

ཞི་བྱུག་པའི་ནང་དུ་གསལ་པོར་བསྟན་ཡོད་རེད། ཅེས་བྲིམས་ཀྱིས་གཞན་ལ་
འཇིགས་སྐྱལ་གྱི་གཏམ་བཤད་ཡོད་པ་རེད། ཡང་། སྤྱི་ལོ་ག་རྒྱུ་མཚན་གྱི་མགྱིན་
ཚབ་པ་བྱས་ཏེ་བྲིམས་འགལ་གྱི་གཏམ་འཆལ་བཤད་པ་དེ་ནི་བྲིམས་དང་
འགལ་བ་ཞིག་རེད། དེས་བྲིམས་ཤེས་ཟེར་བ་དང་བྲིམས་འགལ་གྱི་གཏམ་
འཆལ་སྤེལ་བ་གཉིས་ནང་འགལ་རེད།

༥ ཁ་ནས་ཚོས་ལ་དད་པ་བྱ་དགོས་ཟེར་བ་དང་། ལག་ལེན་དུ་འབྲོག་པ་
རྒྱུ་མཚན་མགོ་བསྐྱར་གཏོང་སྟེ་ཚོང་མགོ་བརྒྱུད་བ་གཉིས་འགལ་བ་རེད། སྤ་
བའི་ཐོག་དུ་ཚོས་ལ་དད་པ་མ་བྱས་ན་བོད་མ་རེད། ཤི་ན་རོ་བོད་དུ་བཞག་མ་
ཡོང་། སྤྱི་ལོ་ག་སྤྱི་ལོ་ག་ཟེར་མི་ཚོག་ཅེས་བཤད་པའི་ཐད་གཏོང་བརྟན་འཕྲིན་
དེ་ཚོང་མས་མཐོང་བ་ལྟར་རེད། སྤ་ཐོག་གི་བགོ་སྤྱིར་བརྟུན་དེ་ཤེས་རྟོགས་
བྱུང་བ་ལྟར་ན། ཁོས་འབྲོག་པའི་མི་རྒྱུ་མཚན་ལ་ཚོང་འབྲེལ་བྱ་ཡུལ་སྐད་འཕྲིན་
སྤ་བའི་ཁྱུ་བཅུགས་ཤིང་། ཚོགས་མི་རེ་ལ་སྐོར་ཉིས་བརྒྱ་རེ་བཟུ་ཅག་བྱས་པ་
དེ་ཁོ་རང་གི་སྤེར་བདག་བྱས་པ་རེད་ཟེར། དེ་ལྟར་ན་ཚོས་ལ་དད་པ་བྱེད་
དགོས་ཟེར་བ་དང་མི་ལ་མགོ་བསྐྱར་གཏོང་ཞིང་སྐོར་མོ་གཡོ་ལེན་བྱེད་པ་
གཉིས་ནང་འགལ་རེད།

༦ ཚོང་འབྲེལ་ཚོགས་པ་བཅུགས་དགོས་ཟེར་བ་དང་། མི་རིགས་གཞན་
པ་ཚོགས་པ་དེའི་ནང་ཞུགས་མི་ཚོག་ཟེར་བ་གཉིས་འགལ་བ་རེད། ཚོང་
འབྲེལ་ཚོགས་པ་ཟེར་བ་དེ་ཡུལ་རྒྱ་ཆེ་བ། མི་གྲངས་མང་བ་ཞིག་ཡོད་ན་ད་
གཞི་དེ་ཚོང་ལས་འབྲུག་པོ་ཡོང་བ་ཞིག་རེད། ཁོས་ང་ཚོས་ཚོང་འབྲེལ་ཚོགས་
པ་ཞིག་བཅུགས་ཤིང་། དེའི་ནང་དུ་འབྲོག་པ་ཁ་ཤས་ཤིག་མ་གཏོགས་རྒྱ་དང་
ཁ་ཆེའི་ཚོང་པ་ཞུགས་མི་ཚོག་ཟེར་བ་ནི་ཚོང་ལས་ཀྱི་གནས་ལུགས་དང་
འགལ་བ་ཞིག་རེད། དཔེར་ན། བྲིམ་ཚོང་ཞིག་གིས་བྲིམ་བདག་དེས། ང་ཚོ་
ཚོང་ལས་ཀྱི་ཚོགས་པ་ཞིག་བཅུགས་ནས་ཚོང་ལས་བྱ་རྒྱུ་ཡིན། འོན་ཀྱང་བྲིམ་
མཚོས་ཚོང་དང་འབྲེལ་བ་བྱེད་མི་ཚོག་ལ། ཤྱོད་སྟེ་མི་རྒྱུ་མཚན་དང་ཡང་འབྲེལ་
བ་བྱེད་མི་ཚོག་པ་ང་ཚོའི་ནང་གི་ཚོང་ལས་ཡིན་ཟེར་བ་དང་དོན་གཅིག་རེད།

ང་རང་གིས་བསམ་ཚུལ་ལྟར་ན། འདི་ནི་ཐོག་མ་ཉིད་ནས་ཚོང་ལས་གྱི་བསམ་
 སློམ་རེད། འབྲོག་པ་ཁག་གཅིག་མགོ་བསྐྱར་གཏོང་སྟེ་སྐྱར་མོ་གཡོ་ལེན་བྱེད་
 ཅིང་ཁོ་ཚོང་གང་ཡོད་སྐྱར་བདག་བྱ་རྒྱུའི་བསམ་སློམ་རེད་སྟེ། རྒྱ་རིགས་
 དང་། ཁ་ཆེ་སོགས་གྱི་ཚོང་པ་མི་གཅིག་ཚོགས་པ་དེའི་ནང་དུ་ཡོད་ན་ཁོས་
 མགོ་བསྐྱར་གཏོང་མི་ཐུབ་པ་གཏན་འཁེལ་རེད། ཁོ་རང་གྲོང་དང་གྲོང་བྱིར་
 རྒྱལ་ས་སུ་ཡུན་རིང་འཆལ་བའི་ཉམས་ཚུང་གིས་མི་རིགས་གཞན་པ་དེ་དག་
 འབྲོག་པ་ནང་བཞིན་མགོ་བསྐྱར་སྟེ་མོ་མེད་པར་ཤེས་བཞིན་ཡོད་རེད། །



ཐོད་ལ་ཕན་ན་ང་ལ་བསྟོད་སྟེད་གང་བྱས་བྱང་པར་མེད།

2022.9.27

༡ ཐོད་ལ་ཕན་ན་ང་ལ་བསྟོད་སྟེད་གང་བྱས་བྱང་པར་མེད། འདི་
 བཤད་དགོས་པའི་རྒྱ་མཚན་དེ་ཁ་སང་བྱང་མེད་འཆལ་མ་ཞིག་གིས་སྟབ་
 བསྟན་སྟན་ཚོགས་ཀྱིས་སྟོབ་གསོ་ལྷག་པ་བྱེད་ཅིང་འདུག །ང་ཚོ་ཉར་སང་
 བྱང་། ཁོ་ཕལ་ཆེར་སྟོན་མ་རང་གི་མིང་འབྲི་མི་ཤེས་མཁན་དེ་ཚོ་ལ་ལས་ཀ་
 ཉིད་པའི་གོ་སྐབས་བྱང་ཡོད་པ་རེད་ཟེར་བ་ཁོ་དེ་འདྲ་ཞིག་མིན་ནམ་བསམ་
 བྱང་ཟེར་ནས་ང་ལ་དམའ་འབེབས་གང་སྟབ་བྱེད་མཁན་ཞིག་བྱང་སོང་བ།
 ངས་དེ་ལ་ལན་གསལ་པོ་ཞིག་སྟེད་འདོད་བྱང་། ཐོད་ལ་ཕན་ན་ང་ལ་བསྟོད་
 སྟེད་གང་བྱས་བྱང་པར་མེད་ཟེར་བ་དེ་ཡིན། ང་ནི་ད་ལྟ་ལས་གཡོལ་ཟིན་
 པའི་ལོ་ཆས་ངལ་བསོ་ནས་བསྟེད་ཡོད་པའི་མི་ཞིག་རེད།མི་ཚོ་གཅིག་ལ་སྟོབ་
 གསོ་དང་ཞིབ་འདུག་གི་ལས་ཀ་ལ་འབད་བཅོམ་བྱས་པའི་གྲུབ་འབྲས་དེ། སྤྱི་
 ཚོགས་དང་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱིས་གདོང་འཛོག་བྱས་ནས་སྟོབ་དགོས་ཆད་སྟོབ་ཆར་
 པ་རེད། ད་ནི་བསྟོད་སྟེད་གང་བྱས་བྱང་ང་ལ་ཕན་གཞོད་གང་ཡང་ཡོད་མ་
 རེད། ཐོད་ལ་ཕན་ན་ཉིན་རྟག་པར་ང་ལ་དམའ་འབེབས་བྱས་ན་དགའ་
 བསུ་ཡོད། ཤངས་ཚོས་སྟོན་ལམ་ལས། སེམས་ཅན་གཅིག་གི་སྤྱིར་ཡང་བསྐྱལ་
 བརྒྱ་རུ། །བདག་ལུས་བྱེ་བ་གཏུབས་བྱང་བཟོད་པར་ཤོག །ཅེས་གསུངས་པ་
 ལྟར། སེམས་ཅན་གཅིག་གི་སྤྱིར་དུ་ལུས་དུམ་བུ་བྱེ་བ་གཅིག་བརྟུབ་ན་ཡང་
 བཟོད་པའི་སེམས་བསྐྱེད་ལྟར་ན། ཐོད་མི་ས་ཡ་དུག་གི་ཆེད་དུ་ང་ལ་དམའ་
 འབེབས་ཅུང་ཟད་བྱས་པས་ཕན་པ་ཞིག་ཡོད་ན་དགའ་བས་རྗེས་སུ་ཡི་རང་
 དགོས་པ་ཞིག་རེད།

༢ མིག་སྒར་ཁམས་སྟོགས་ཀྱི་སྤྱོད་ལོག་ཚོའི་ལས་འགུལ་གྱི་རྣམ་པ་ལ་འགྱུར་
 སྟོག་སྟོན་འདུག །ཁ་སང་ང་ལ་དམའ་འབེབས་བྱེད་མཁན་གྱི་བྱང་མེད་འཆལ་
 མ་དེ་དང་། ཁམས་རིན་ཆེན་གྱི་སྤྲད་ཆ་གཉིས་ལ་བརྟེན་ནས་ཁམས་པའི་སྤྱོད་

ལོག་ཚེས་རྟོག་སང་པ་རྣམས་དགག་པ་རྒྱུ་རྒྱུ་འཕྲུལ་ལམ་གསར་པ་ཞིག་
 བྱས་ཡོད་པ་ཤེས་བྱུང་། བར་སྐབས་ཤིག་ན་རྒྱལ་ཁབ་གྱི་སྲིད་རྒྱུ་ལྟ་ཡངས་
 པའི་དབང་གིས་ཁམས་སྤྱོད་འདིར་ཕལ་ཆེར་སྤྲོ་མའི་རྒྱལ་ཁབ་སྤྱི་ཚོགས་
 རྣམས་ལོ་ལྟ་བུ་ཞིག་ཆགས་པ་རེད། ས་གནས་ཁག་གཅིག་གི་དགོ་འདུན་པའི་
 ཚོགས་པ་དེ་དག་ཆབ་སྲིད་གྱི་འཛིན་སྐྱོང་ལས་ཁུངས་གི་ལས་བྱེད་པའི་རྣམ་
 པ་ལྟ་བུ་ཞིག་འཛིན་ནས། དགོ་བཅུ་འཕྲུལ་ལམ་བཅུགས། མི་དམངས་ལ་ཤ་ཟ་
 མི་ཚོགས་པ། སྤྱོད་གཅོད་མི་ཚོགས་པ། འབྲུ་བཞོ་མི་ཚོགས་པ། ཆོང་ལས་བྱ་མི་ཚོགས་
 པ་ལ་སོགས་པའི་བྱིས་མ་འགལ་གྱི་དོ་དམ་བྱ་རྒྱུ་འགོ་བཅུགས་པ་རེད། མི་
 དམངས་ཕལ་ཆེར་ལ་ཡོན་ཏན་མེད་པ་དང་། ཚོས་ལ་ཆོངས་དང་ཆེ་བའི་
 དབང་གིས་ཁོ་ཆོའི་གདུག་རྒྱུ་ལ་ཡ་ལན་བྱེད་མི་རུས་པའི་སྐབས་སུ། གཞོན་
 རྒྱུ་ཤེས་ཡོན་ཅན་ཁག་གཅིག་གིས་ཁོ་ཆོའི་བྱ་སྤྱོད་ལ་གྱེན་ལྟག་དང་དོ་རྒྱལ་གྱི་
 གཏམ་བཤད་གཏོང་མཁན་དེ་དག་ལ། བོད་མི་དམངས་ཚོས་དེ་ལ་རྟོག་སང་
 པ་དང་། ཁོ་ཆོས་ལྟ་ལྟག་པ་ཞེས་པའི་མིང་བཏགས་པ་རེད། རུས་དེར་བོད་
 མི་དམངས་ཀྱི་ཁེ་ཕན་བསྐྱུང་སྐྱོབས་བྱ་བའི་ཆེད་དུ་ནང་པའི་དགོ་སྤྱོད་སྤྲོ་
 ལྟ་ཁག་གཅིག་གིས་ཁོ་ཆོའི་གདུག་རྒྱུ་ལ་སྤྱོད་བཞེད་བྱེད་མཁན་བྱུང་ཡོད་
 པ་དཔེར་ན། ཆོ་བ་མདའ་རྒྱུག་དང་། ར་སེར་དཀོན་མཆོག་རྒྱལ་མཆོན། སྤོ་
 ཤེས་རབ་རྒྱ་མཚོ། བེ་རི་དགོ་བཤེས། ལྟག་སྤྱོད་ཆོར་གཅོད་ལ་སོགས་པ་རྣམས་
 རེད། དེ་བཞིན་རྒྱ་ལོ་ཞོགས་རུང་དང་། ང་ལྟ་བུའི་རྒྱ་ལོ་ཁམས་ཅན་
 འགའ་ཞིག་བྱུང་བ་ལ་ཁོ་ཆོས་ཐབས་སྤྱོད་ཚོགས་ཀྱིས་འཛིགས་སྐུལ་བྱས་པ།
 དཔེར་ན། ཆོ་བ་མདའ་རྒྱུག་ག་སོང་ཆ་མེད་གུར་པ་དང་། ང་ལ་ཐད་ཀར་ཁ་
 པར་བརྒྱུད་ནས་འཛིགས་སྐུལ་དང་། རྟེན་སྤྱོད་འཕྲིན་བརྒྱུད་ནས་ང་ལ་
 མཐུ་ཐོར་མནན་གཏད་བྱ་རྒྱུ་ཡིན་ཟེར་བའི་འཛིགས་སྐུལ་ཐེངས་མང་པོ་བྱུང་
 ཡང་། ང་རང་ལོ་ན་རྣམས་པ་དང་། ལྟ་འདྲེ་ལ་ཡིད་ཆེས་མེད་པའི་མི་ཞིག་
 ཡིན་སྐབས། ཁོ་ཆོའི་འཛིགས་སྐུལ་གྱིས་རུས་པ་མ་ཐོན་པ་ལྟ་མཐུད་ནས་དོ་
 རྒྱལ་བྱས་སྐབས་ཁོ་ཆོ་ཅི་བྱ་གཏོལ་མེད་དུ་གྱུར་ཏེ། ང་ལྟར་རྟོག་སང་པ་ལ་དོ་

ཚོལ་གྱི་ཐབས་ཤེས་གསར་པ་ཞིག་བྱས་ཡོད་པར་འདྲ་སྟེ། སྤྱི་ལོག་ནམས་ཀྱི་
རང་གི་རྒྱས་པ་ཉམས་གུང་འགྲོ་བའི་སྐབས་འདིར། སྤྱི་ཚོགས་ཐོག་གི་གཞིན་
རུ་འཆལ་པོ་ནང་ལ་ཡོན་ཏན་མེད་པ། སྤྱི་ལ་ངོ་ཚ་མེད་མཁན་ཁག་གཅིག་
བསྐྱེན་ས། དེ་དག་ལ་སྒྲོར་མོ་སྤྱད་དེ་གཞིན་རུ་རྟོག་སད་པ་ནམས་ལ་ཁ་
གཏད་གཅིག་རྒྱུའི་ལས་འགན་བཅོལ་ཡོད་པ་ནི་ཁམས་རིན་ཆེན་དང་། བྱད་
མེད་འཆལ་མ་དེ་གཉིས་ཀྱི་སྤྱད་ཆ་ལས་གསལ་པོ་ཤིས་སྟབ། དཔེར་ན།
ཁམས་རིན་ཆེན་གྱིས་དབྱར་རྩ་དགུན་འབྱེད་དེ་བོད་མི་དམངས་ལ་ཕན་པའི་
དངོས་པོ་ཞིག་མ་རེད། དཔལ་འབྱོར་གྱི་ཡོང་ཁུངས་བརྒན་པོ་ཞིག་མ་རེད།
ཅེས་ལོ་བཅུའི་གོང་དུ་མཁན་པོ་ཚུལ་བྲིམས་སྟོ་གྲོས་དང་། བསོད་དར་རྒྱས་
གཉིས་ཀྱི་གང་གསུངས་པ་དེ་ཡང་བསྐྱར་རྗེས་རྒྱས་བྱེད་ཅིང་འདུག །

བྱད་མེད་འཆལ་མ་དེས་སྤྱི་ཉིན་ང་ལ་དམའ་འབེབས་བྱས་ཟིན་པ་དང་།
སྤྱི་ཉིན་མོན་རུ་མོ་རང་གི་ལས་རྒྱུས་པ་བྱང་པ་པོ་གསར་ཞིག་གིས་ཁོང་རང་
གཉིས་ཏུ་ཐོག་དུ་ཚོད་སྒྲིང་བྱེད་ཅིང་སྒྲོར་མོ་གསོགས་ཐབས་བྱས་པའི་སྒྲོར་ལ་
བགོ་སྒྲིང་བྱས་པའི་སྤྱི་སྐམ་ཞིག་ཏུ་བཏང་ནས། མོ་རང་མི་གང་
འདྲ་ཞིག་ཡིན་པའི་གནས་ཚུལ་གསལ་པོར་སྟོན་སོང་། ཁོང་གཉིས་གྲོས་མོལ་
བྱེད་པའི་སྐབས་སུ། མོ་རང་གིས་ཟེར་བར། ང་ལ་འགྲོ་སོང་གི་རྒྱུས་པ་བྱེད་
མཁན་སྤྱི་མ་འགའ་ཞིག་ཡོད། དེད་གཉིས་ཏུ་ཐོག་ཚོད་སྒྲིང་བྱེད་ཅིང་སྒྲོར་མོ་
གང་ཐོབ་འདྲ་མཉམ་གྱིས་བགོ་ཞེས་བཤད་འདུག །ཚོམ་ཡིག་འདིའི་ནང་དུ་
ཁོ་རང་གཉིས་ཀའི་མིང་གིས་མེད། འོན་ཀྱང་ཁོང་གཉིས་གྲོས་མོལ་བྱས་པའི་
སྤྱི་སྐམ་དེ་ངས་ཉར་ཆགས་བྱས་ཡོད།

དེར་དུས་སྤྱི་ལོག་ཚོས་གཞིན་རུ་རྟོག་སད་པ་ནམས་ལ་ཁ་གཏད་གཅིག་
མཁན་གྱི་སྤྱི་ཚོགས་ཐོག་གི་གཞིན་རུ་ཁག་གཅིག་ཁོ་ཚོའི་རྗེས་འབྲང་པ་གསོ་
སྦྱོང་བྱས་ཡོད་པ་དེ་དག་གི་བྱད་ཆས་ནི་ནང་ལ་ཡོན་ཏན་མེད་པ། སྤྱི་ལ་ངོ་
ཚ་མེད་པའི་གཞིན་རུ་ཁག་གཅིག་རེད། འོན་ཀྱང་རྗེས་འབྲང་པ་དེ་དག་ལ་པོ་
མོ་གཉིས་ཀྱི་མིའི་སྤྱི་ཚོད་ལ་བྱད་པར་ཁུང་ཞིག་ཡོད་པ་མཐོང་སྟེ། པོ་རིགས་

ལ་མི་ཁ་བདེ་མོ། མགོ་སྟོང་པ་དཔེར་ན་ཁམས་རིན་ཆེན་དང་། མ་དཔལ་འབར་ཟེར་བ་དེ་ཆོ་ལྷ་བྱ་རེད། མོ་རིགས་རྣམས་ལ་འགའ་ཞིག་ཡོན་ཏན་ཅུང་ཟད་ཡོད་པ་སྟོབ་ཆེན་སྟོབ་མ་དང་རབ་འབྱམས་པ་ལྷ་བྱ་ཡང་ཡོད་སྲིད་དེ། བླ་ལོག་རྣམས་ཀྱིས་འདྲོད་པ་དང་སྒྲོར་མོ་གཉིས་ཀྱིས་རྗེས་སུ་འཛིན་པའི་ཡུལ་ནི་བྱད་མེད་རྣམས་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

༣ ཏྲག་དབྱིབས་ནད་རྒྱག་གི་བཀའ་དྲིན་གྱིས་བོད་ཀྱི་སློ་སློ་བྱེ་སོང་། ལོ་གསུམ་གྱི་གོང་ནས་ཐོག་མར་ཏྲག་དབྱིབས་ནད་རྒྱག་དང་པོ་རྒྱ་ནག་ལ་བྱབ་པའི་སྐབས་སུ། བོད་ཀྱི་བླ་མ་དང་སྒྲན་པ་གཉིས་ཀྱིས་བོད་མི་དམངས་མགོ་བསྐྱར་གཏོང་རྒྱུའི་འཆར་གཞི་ཆ་ཆོང་བ་ཞིག་བཞག་པ་རེད། འཛམ་གླིང་ཕྱོག་ཐོན་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་སྒྲན་པ་མཁས་པ་རྣམས་ཀྱིས་ནད་དོས་མ་ཟིན་པའི་སྒྲན་ལ། བོད་ཀྱི་སྒྲན་པས་བོད་སྒྲན་གྱིས་བཅོས་སྟབས་ལབ་པ་རེད། བོད་ཀྱི་བླ་མས་སྐྱགས་ཀྱིས་འགོག་རྒྱས་ལབ་པ་རེད། ལོ་གསུམ་གྱི་རྗེས་སུ་འཛམ་བྱ་གླིང་གིས་སྒྲན་མ་རྟེན་པ་རེད། བོད་ཀྱི་བླ་མ་དང་སྐྱགས་པ་རྣམས་ཏྲག་དབྱིབས་ནད་ཀྱིས་གོངས་པ་རེད། ཆོས་ཀྱིས་མི་ཕན་པ་དང་། སྐྱགས་ཀྱིས་མི་ཕན་པ་བོད་མི་ཡོངས་ཀྱིས་ཤེས་ནས་སློ་སློ་ཞིག་གསར་རུ་འབྱེད་པ་རེད།

༤ ཆོས་ལ་དད་པ་གྱིས། བླ་མ་ལ་བརྟག་དབྱུད་གྱིས། ཆོས་ལ་དད་པ་ཟེར་བ་དེ་དགོན་མཆོག་གསུམ་ལ་གསོལ་བ་རང་གིས་ཐོབ། ལས་རྒྱ་འབྲས་ལ་ཡིད་ཆེས་གྱིས། བསམ་པ་བཟང་པོའི་སློ་ནས་གཞན་ལ་ཕན་ཐོགས་པའི་བྱ་བ་ཞིག་སྐྱབས། རང་ལ་སྟན་གསུམ་གྱི་ཆེད་རུ་དོན་ལ་ཕན་ཐོགས་མེད་པའི་རྟེན་གསུམ་བཞེངས་པ་དང་། ལྷ་ཁང་བཞེངས་པའི་ཆེད་རུ་སྒྲོར་མོ་བཏང་བ་དེ་འདི་སྤྱི་གཉིས་ཀ་ལ་ཕན་ཐོགས་གང་ཡོད་གསལ་པོ་མི་ཤེས། འདི་སྤྱི་གཉིས་ཕན་གྱི་དགོ་བ་བསྐྱབ་འདྲོད་ན་བོད་རིགས་ཀྱི་སྟོབ་མ་རྣམས་ལ་རོགས་སྐྱོར་གྱིས། སྟོབ་མ་དབུལ་པོ་རྣམས་སྟོབ་ཡོན་དང་། ལྷ་གོས་ཀྱི་འགོ་སོང་བཏང་ན་ཆོས་ཀྱི་དབང་གི་དགོ་བའི་ལས་ཀྱང་དེ་ཡིན་ལ། འཛིག་རྟེན་དབང་གི་མི་རིགས་ལ་རྒྱ་ཡང་དེ་ཡིན། ཆོས་ལ་དད་པ་ཡོད་ན་མདོར་བསྟུས་ན་ལས་རྒྱ་

འབྲས་ཡག་པོ་ཞིག་སྤངས་ཤིག །སྒྲ་མ་ལ་བརྟག་དབུང་གིས་ཟེར་བའི་དོན།
དཔལ་སྤུལ་རིན་པོ་ཆེས། སྒྲ་མ་མ་བརྟགས་དུག་འབྱུང་འདྲ། །སྒྲོབ་མ་མ་
བརྟགས་གཡང་མཚོངས་འདྲ། ཞེས་གསུངས་ཏེ། སྒྲ་མ་ནི་སྤྱི་བ་ནས་ཆོ་རབས་
ཀྱི་སྒྲོ་གཏད་ཁྱེད་སྤང་སྒྲིབ་གི་གནས་སྟོན་པ་པོ་ཡིན་པས། དེ་ལ་ལེགས་
པར་མ་བརྟགས་པར་ལོག་པའི་བཤེས་གཉེན་དང་འཕྲད་ན་དད་པ་ཅན་གྱི་ཆོ་
གཅིག་གི་དགོ་བའི་ཆོགས་ཚུད་གཟན་ཞིང་། ད་རེས་དལ་འབྱོར་གྱི་ལྷས་ཉིན་
ཉིད་པ་ཚུད་ཟོས་སུ་འགྱུར་བ། དཔེར་ན་ཤིང་ལྗོན་པའི་དྲུང་ན་སྤུལ་གདུག་པ་
ཅན་འབྱེལ་ནས་ཡོད་པ་ལ། ཤིང་གི་གྲིབ་མའོ་སྟམ་ནས་དྲུང་དུ་སྤྱིན་པས་སྤུལ་
གིས་གསོད་པ་དང་འདྲ་བ་ཡིན་ཏེ། ཞེས་གསུངས་། དེས་ན་སྒྲ་མ་ཚད་ལྡན་
ཚུལ་མཐུན་ཡིན་ན་དེ་ལ་དགའ་གུས་དད་གསུམ་གྱི་སྒྲོ་ནས་བསྐྱེན་དགོས་པ་
ནི་བཤད་མ་དགོས་པ་རེད། འོན་ཀྱང་དེར་དུས་སྒྲ་མ་པལ་ཆེར་སྒྲ་ལོག་ཡིན་
སྟབས་ཞིབ་དུ་མ་བརྟགས་ན། རང་ཉིད་མགོ་གཡོག་གི་འོག་དུ་ལྷུང་སྟེ། མི་
གཙང་བ་ཐམས་ཅད་དང་དུ་ལེན་དགོས་པའི་བྱི་པག་ལས་སྤྱག་པའི་གནས་སུ་
ལྷུང་བ་ཞིག་ཡིན་མིན་བསམ་སྒྲོ་སྟངས། དེར་དུས་ཀྱི་སྒྲ་ཆམས་ནི་ཀྱུ་ཡུལ་ན་
དགའ་རྟགས་འགའ་ཤས་དང་། བོད་ཡུལ་དུ་དགའ་རྟགས་ཁས་ཤས་ཡོད་པ།
ཆོས་སྐར་ཆམས་སུ་སྒྲ་སྤུལ་རེ་ལ་ཇོ་མོ་གཉིས་གསུམ་རེ་དགའ་རྟགས་ཡོད་པ་
ཡིན་པ་ནི། ཏ་ལམ་མི་པལ་ཆེར་ལ་མདོན་གསལ་གྱི་གནས་ཚུལ་ཞིག་རེད།
བོད་དུ་བཞུགས་པའི་སྒྲ་མ་པལ་ཆེར་ནི་བཟའ་ལྷ་ཡོད་པའི་བྱུང་མེད་ཆམས་
དང་འབྲེལ་ནས་ཁམས་པའི་སྐད་དུ་སྤྱི་དམག་དང་། འཕྲོང་འབྱུར་ཡང་ཟེར།
མཚན་མོར་རྒྱན་མོའི་རུམ་དུ་ཉལ་ཞིང་བྲང་དང་བརྒྱལ་སྤྱར། ཉིན་མོ་དད་
ལྡན་མིའི་མགོ་ལ་བྱི་ལག་བཞག །བྱི་གྲིབ་དང་། རྒྱུ་གྲིབ། བཙོག་གྲིབ། གདོན་
གྲིབ་ཟེར་བ་ཞིག་ཡོད་ན་སྒྲ་ལོག་འདི་དག་གི་སྤྱག་དབང་ལས་འབྱུང་ངེས་
རེད། བོད་རིགས་སྤྱན་རློ་རྒྱལ་པ། སྒྲ་ལོག་རྒྱལ་ལས་སྤྱག་དབང་ཁྱེད་འོས་
མིན་ཁྱོད་རང་ཆོས་ལེགས་པར་དཔྱད་ཅིག །

དཔེ་སློག་གི་མཚུག་འབྲས་བཟང་ངན་གཉིས།

2022.10.7

པོད་རིགས་སྤྱོད་ཆེ་ཆོ། ལོ་རྒྱུས་ཐོག་དུ་དཔེ་སློག་བྱ་རྒྱུ་དེ་མིའི་སློ་སྦྱོར་འབྱེད་
བྱེད་གྱི་ཕྱེུ་མིག་ལྟ་བུ་ཞིག་ལ་ངོས་འཛིན་ནས་འཛམ་སྐྱིད་ཤར་ལུབ་གྱི་མི་
རིགས་ཚང་མས་གལ་ཆེན་པོ་ཞིག་བཅིས་ཡོད་སྟབས་དེར་རུས་ཀྱང་འཛམ་
སྐྱིད་དཔེ་སློག་ཉིན་མོ་ཟེར་བའི་རུས་དྲན་ཞིག་བཙོས་ཡོད་པ་རེད། གནའ་
པོའི་རུས་སུ་མོལ་ཐིག་གི་འཕྲིན་སྟེགས་མེད་པ་དང་། ལྷག་པར་དུ་བྱ་རྒྱུའི་ཆ་
འཕྲིན་མེད་སྟབས་སུ་མིའི་སྲུང་པ་རང་བྱུང་གི་གནས་ལྷགས་དང་། སྤྱི་ཚོགས་
གྱི་གནས་ཚུལ་སྤྱིལ་མཁན་དེ་གཙོ་བོ་ནི་རང་རང་གིས་དཔེ་སློག་གི་བྱ་བ་དེ་
རེད། དཔེ་སློག་ལ་ལྟོས་ནས་འཛིན་ཉིན་ཁམས་སུ་བྱུང་བའི་འདས་མ་འོངས་
དང་ལྟ་རུས་གསུམ་གྱི་གནས་ཚུལ་དང་སྤང་ཚུལ་ནམས་སློ་ཡུལ་དུ་འཆར་རུས་
པ་ཞིག་རེད། དཔེར་ན། ཉེ་རབས་གྱི་གསར་གཏོད་པ་གྲགས་ཆེན་ཨེ་ཏིས་
སོན་དང་། ཀྱ་ཤུའི་སློག་སྲུང་གསར་གཏོད་པ་ཆོབ་ལྷ་སི་ལ་སོགས་པ་རྒྱུར་
རུས་སློབ་སློང་གི་ཆ་རྒྱུན་དམན་པ་དེ་རིགས་ཚང་མ་རང་རང་གིས་དཔེ་སློག་
བྱས་པའི་ཀྱབ་འབྲས་ལ་བརྟེན་ནས་སློ་སྦྱོར་འབྱེད་ཅིང་། རང་བྱུང་ཁམས་གྱི་
རུས་པ་དང་། སྤྱི་ཚོགས་གྱི་གནས་ཚུལ་ལ་ཞིབ་འཇུག་བྱ་རྒྱུའི་འགོ་བཅུགས་པ་
ཞིག་རེད། བྱིས་པའི་བསམ་སློ་ནས་དར་མའི་བསམ་སློ་དང་། དེ་ནས་མཁས་
པའི་བསམ་སློ་དང་ཆོན་རིག་པའི་བསམ་སློ། ཆབ་སྲིད་པའི་བསམ་སློ་དང་
དམག་དོན་གྱི་བསམ་སློ་སོགས་རིམ་བཞིན་མིའི་སྲུང་པ་སྤྱང་ཀྱང་ལྡན་པ་ནི་
རིམ་པ་མི་འདྲ་བའི་ཡིག་ཚང་ཁག་ལ་དཔེ་སློག་བྱས་པའི་ཀྱབ་འབྲས་ཤིག་
ཡིན་པ་སློས་མ་དགོས་པ་རེད། །འོན་ཀྱང་དཔེ་སློག་གི་བསམ་སློའི་མཚུབ་
སྟོན་ལ་ཁོར་འཁྲལ་བྱུང་ན། དཔེ་སློག་ལ་བརྟེན་ནས་མི་སློན་པ་ཞུ་རྒྱུ་གས་

ཅན་ཏུ་འགྱུར་བའི་རྒྱ་ཡང་བྱས་ཡོད། གནའ་པོའི་པོད་ཀྱི་དཔེ་སྟོན་གིས་མི་
མང་པོ་ཞིག་གི་སྤང་པ་སྟོན་བྱས་པ་ཡང་འགའ་ཞིག་སྤང་སྟེ། རྒྱ་གར་སྤང་
ནས་པོད་སྤང་ཏུ་བསྐྱུར་བའི་ལྷ་སྤང་གི་དཔེ་ཆ་མང་པོ་ཞིག་བལྟ་སྟོན་བྱས།
དེ་ལ་འགྱུར་བ་མེད་པའི་དད་པ་དང་ཡིད་ཆེས་བརྟན་པོས་དང་ལེན་བྱས་
སྟབས་བྱིས་པ་རྒྱང་བྱའི་སྐབས་ཀྱི་སྤང་ལ་དེ་ལ་འགྱུར་བ་གཏན་ནས་མེད་པ།
མཁས་པ་ཆེན་པོའི་སོ་ས་ལ་སྤེབས་པའི་མཁན་པོ་དང་དགེ་བཤེས། ལྷ་ཆེན་
དང་སྐུལ་སྐྱུ་ཡིན་ཟེར་བ་དེ་དག་ལྷ་སྤང་ལ་མཐའ་གཅིག་ཏུ་ཡིད་ཆེས་ནས་
བྱིས་པའི་སྐབས་ཀྱི་འཇིག་རྟེན་ལྷ་ཚུལ་དང་། རིན་མང་གི་ལྷ་ཚུལ་ལ་འགྱུར་
བ་བྱུང་མེད་པ་ཞིག་རེད། དཔེར་ན། བྱིས་པའི་སྐབས་སུ་ཨ་མས་བཤད་པའི་
ངོ་མཚར་ཆེ་བའི་སྤང་མང་པོ་ཡོད་པ་ལས་བྱ་རིགས་དང་གཅན་གཟན་བཤོ་
སྒྲིབ་བྱས་པ། མི་དང་དགོན་མཆོག་སྟོན་པོ་བྱས་པ། མི་ལ་གནོད་བྱེད་ཀྱི་
འདྲེ་ཡོད་པ་དང་དེའི་ཁ་གནོན་ལྷ་ཡོད་པ། མི་དཔའ་པོ་སྟག་སེང་ལ་ཞོན་
མཁན། མི་རྩལ་ཆེན་ནམ་མཁའ་ལ་འཕུར་མཁན། སེང་གའི་འོ་མ་དང་སྟག་
གི་ཁ་སྤུ་བརྟོག་ནས་བདུད་རྩིའི་རང་བཞིན་ཅན་ཀྱི་སྤྲོན་བཟོས་པ་སོགས་ཀྱི་
སྤང་མང་པོ་ཡོད་པ་དེ་རིགས། བྱིས་པའི་སྐབས་སུ་སྤྲོ་སྤང་བསྐྱེད་བྱེད་ཀྱི་སྤང་
དེ་དག་ན་ཆོད་དར་ལ་བབས་ཆེ་དངོས་མེད་ཀྱི་ལྷ་སྤང་ཡིན་པར་ཤེས་ནས་
རང་བཞིན་སྤང་མེད་ཀྱི་ཡུལ་ཏུ་གྱུར་པ་ནི་འཛམ་གླིང་གི་མི་རིགས་སྤྱིའི་ཐུན་
མོང་གི་རྒྱན་ཤིས་ཤིག་རེད། འོན་ཀྱང་པོད་ཀྱི་ཡུལ་ཏུ་བྱིས་པའི་སྐབས་སུ་
དགོན་ནང་ཏུ་གྲ་པར་ཁྱགས་ཤིང་རྒྱ་གར་ཀྱི་ལྷ་སྤང་ནམས་ལ་དད་པ་དང་
ཡིད་ཆེས་བརྟན་པོའི་སྟོན་ནས་བལྟ་སྟོན་བྱས་ཤིང་དེའི་བག་ཆགས་བརྟན་པོ་
ཞིག་སྟོ་ཡུལ་ཏུ་ཆགས། དེའི་རྒྱུན་བྱིས་ལྷ་སྤང་དོན་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་ཡིན་པ་ཡིད་
ཆེས་པའི་དཔེར་མཆོན་དང་པོ་རྟོང་མ་པས་གྲ་ཏུ་རིན་པོ་ཆེ་ལྷོ་རྒྱལ་སྤྱིན་པོའི་
ཡུལ་ཏུ་འཕུར་སོང་བ་རེད་ཟེར་དེ་ལ། པོད་ཀྱི་སྤང་སྐུལ་མཁན་གསུམ་ཐམས་
ཅད་ཐེ་ཚོམས་མེད་པའི་ཡིད་ཆེས་ཐོབ་ནས་འཆད་སྟེལ་བྱས། དེ་རྗེས་བཀའ་
བརྒྱུད་པས་དེའི་ལད་སྒྲོས་བྱས་ཏེ་མི་ལ་རས་པ་རི་པན་ཚུན་བར་ལ་འཕུར་བ་

བཤད་པ་དེ་ཡང་ཡིད་ཆེས་གྱི་གནས་སུ་གྱུར། དེ་རྗེས་རྟིང་མ་པས་ཀ་ཐོག་
 དགོན་དུ་འཇའ་ལུས་པ་སྟོང་ཕྱག་མང་པོ་རི་ཕན་ཚུན་བར་ན་འཕུར་བ་དེ་ཀ་
 ཐོག་གོང་ཕྱེ་ཆང་མས་མཐོང་ཚུལ་བཤད། ཉེ་བའི་དུས་སུ་བོད་དུ་དམངས་
 གཙོ་བཙོས་བསྐྱར་གྱི་སྐབས་སུ་རྟིང་མའི་སྒྲ་མ་ཆོད་བར་རིག་འཛིན་ཟེར་བ་
 ཞིག་གཡག་ལ་ཞོན་ནས་འགོ་བའི་ལམ་བར་གནམ་ལ་འཕུར་སོང་བའི་སྐྱུང་
 བཟོས་པ་དེ་ལ་ཡིད་ཆེས་ནས་སྒྲ་མ་དང་མཁན་པོ་ཡིན་ཟེར་བ་འགའ་ཞིག་
 གིས་དེའི་ལོ་རྒྱུས་ལ་ཞིབ་འཇུག་བྱས་པ་ཐོས། དེ་ལྟར་བསམ་ན་སྟོན་པ་ལྟ་
 ཚུགས་ཅན་གྱིས་དཔེ་སྟོན་བྱས་པ་ནི་མི་རིགས་ཤིག་ཉམས་གུད་གྱི་ལམ་དུ་
 བྱིད་པའི་སྐྱེད་རན་དུ་འགྱུར་བའི་ཉེན་ཁ་ཡོད་པ་ཞིག་མཐོང་། མཁན་པོའི་
 བྲི་ལ་བསྟན། མཁས་པའི་ཅོད་པན་སྟོན་མཁན་འདི་དག་ཀྱང་མི་ནམ་མཁའ་
 ལ་འཕུར་མཁན་ཡོད་པ་དང་། ཀངས་སང་བཞོས་པའི་འོ་མ་དང་། ལྷག་
 གསོན་པོའི་ཁ་སྐྱ་བཏོག་པ་ནམས་སྒྲན་སྟོར་གྱི་རྣམས་སུ་སྐྱུང་པའི་སྟོར་ནམས་
 ལ་དོག་པ་དང་ཐེ་ཆོམ་ཅམ་ཡང་མེད་པ་འཆད་ཉན་བྱེད་པ་འདི་ནི་སྒྲན་པོ་
 མཐའ་ཐུག་པའི་བྱ་བ་ཞིག་རེད། དེས་ན་བོད་ཀྱི་ཡུལ་འདི་ལྷ་སྐྱུང་དང་བཞེས་
 པའི་ཆོས་གྱི་རིག་གཞུང་ནམས་དཔེ་སྟོན་བྱས་པའི་འབྲས་བུ་ནི། ལོ་ངོ་བརྒྱ་
 ཕྱག་མང་པོ་ཞིག་ལ་བོད་མི་དམངས་ནམས་སྒྲན་ཆོངས་གྱི་ལམ་དུ་བྱིད་པའི་
 འགལ་སྐྱེད་ཆེན་པོ་ཞིག་བཟོས་ཡོད་པ་ལ་ཆང་མས་དོ་སྤང་དང་ཞིབ་འཇུག་
 གནང་བའི་རེ་བ་ཡོད། འདས་པའི་དོན་ལ་སྤྱིར་མིག་བལྟས་ན་ནོར་བ་གང་
 ཡོད་ངོས་ཟིན་ཞིང་། ད་ལྟའི་དུས་རབས་དང་མཐུན་པའི་དཔེ་སྟོན་གི་བསམ་
 བློ་དང་ཁ་སྐྱགས་བསྐྱར་ཆོག །

རྩི་བསྐྱལ་ཐོག་གི་འབྲུ་གྲོག་མ།

热锅上的蚂蚁

2022.12.6

དེར་རུས་སྤྱི་ཚོགས་ཐོག་གི་ཐོབ་ཐང་ཤོར་ཉེན་ཡོད་པའི་སྤྱི་ཚོགས་རྣམས་ནི་
རྩི་བསྐྱལ་ཐོག་གི་འབྲུ་གྲོག་མ་དང་འབྲུ་བ་ཞིག་རེད། དེ་རིང་སྐད་འཕྲིན་ཐོག་
རུ་སྤྱི་ཚོགས་གཞིས་པོའི་བར་ཀྱི་འཛོལ་ཐང་སྐོར་ལ་ཚོད་སྤྱིར་ཞིག་བྱེད་བཞིན་
ཡོད་པ་དེ་ལ་བརྟེན་ནས་ངས་ཚོགས་ཁ་གས་ཤིག་ལྟ་འདོད་བྱུང་། སྤྱིར་དེར་
རུས་དགེ་འདུན་པ་ནི་མི་དམངས་ཀྱི་ཁུར་པོ་ཡིན་མིན་སྐོར་ལ་ཚོད་པ་དང་།
པོད་ཀྱི་ལ་རྒྱས་ཐོག་གི་སྤྱིར་འཕྲོར་རིག་གསུམ་སྐོར་ལ་ཆོས་ལུགས་ཀྱིས་པན་
གཞོད་གང་འདྲ་ཞིག་བྱུང་ཡོད་མེད་སྐོར་ལ་བཀོ་སྤྱིར་བྱེད་པའི་འགོ་ཚུགས་པ་
འདི་ནི་རུས་རབས་ཉེར་གཅིག་པའི་པོད་རིགས་དེ་ཆོན་རིག་སྒོལ་གསོ་དང་།
བསམ་སྒྲིའི་ཁ་སྒྲིགས་རྣམས་འཇམ་སྤྱིར་སྤྱིའི་གོམ་སྒྲུབས་དང་མཉམ་རུ་སྒྲོར་
བྱུང་པ་ཅིག་འགྱུར་ཡོད་པ་མཚོན། མདོར་བསྟུན་ན། དེར་རུས་མི་དམངས་
དབང་རྒྱར་ལ་དགའ་བའི་སྤྱི་ཚོགས་ཁག་གཅིག་སྒར་ཡོད་ཆོས་ལུགས་ཀྱི་ཐོབ་
ཐང་ལ་རིན་ཐང་མེད་པ་ཆགས་ཉེན་གྱིས་བཙོས་པས། ཅི་བྱ་གཏོལ་མེད་རུ་
གྱུར་པའི་རྣམ་པ་ནི་པོད་ཀྱི་གཏམ་དཔེ་ལ། རྩི་བསྐྱལ་ཐོག་གི་འབྲུ་གྲོག་མ་
སྒར་བྱེད། ཟེར་བ་ལྟ་བུ་ཞིག་ཆགས་ཡོད་འདུག །

གཅིག་ཆོས་ལ་དད་པ་ནི་བྱས་ཤིང་མ་བདེ་བའི་ཆེད་ཀྱི་ཡིན།

ཆོས་ལུགས་མི་འདྲ་བ་གང་ཞིག་ཡིན་ཀྱང་ཆོས་ཟེར་བ་དེ་རང་གི་སེམས་
ལ་དཔའ་དང་རུས་སྒྲུབས་བསྐྱེད་པའི་ཐབས་ཤིག་རེད། ཁོ་ཚོའི་སེམས་ལ་
ཆོས་འདི་ནི་སྤྱི་བ་སྤྱི་མ་ངན་སོང་གི་སྤྱུག་བསྐྱེད་ལས་སྤྱིབས་པའི་རུས་པ་ཡོད་
པ་དང་། ཆོ་འདི་ལ་གཞོན་བཞགས་བར་ཆད་སེལ་བའི་རུས་པ་ཡོད་པ་ཞིག་
ཡིན་པར་ངོས་འཛིན་ནས་མི་མང་པོ་ཞིག་གིས་དད་པ་བྱེད་ཅིང་ཡོད་པ་རེད།

ནང་ཆོས་ཀྱི་དཔོངས་བཞེད་ལ་མདོ་སྟགས་གཉིས་ཀྱི་གཞུང་ལ་སྟོབ་གཉེར་
བྱེད་ཅིང་དེས་ཆོ་འདི་ཕྱི་གཉིས་ཀྱི་སྟག་བསྟུལ་གྱི་རིགས་རྣམས་སེལ་ཐུབ་པར་
གསུངས། མི་སེར་པལ་པ་རྣམས་ཀྱིས་དུས་དང་རྣམ་པ་ཀུན་དུ་ལྷུས་སེམས་
གཉིས་ལ་སྟག་བསྟུལ་མི་འཕྲད་པའི་ཆེད་དུ་སོ་སོས་གང་ཤེས་ངག་ནས་འདོན་
ཞིང་། ལྷུས་ཀྱིས་རྟེན་ལ་སྟག་བསྟོར་བྱེད་སྟོལ་བྱུང་ཡོད། ཆོས་ལ་དད་པ་
ཡོད་མཁན་རྣམ་པ། ལྷ་ལ་གསོལ་འདེབས་དེ་རང་གི་ངག་ཐོག་ནས་བྱས་ན་
ཡག་ཤོས་རེད། རྟེན་ལ་བསྟོར་བ་ཡང་རང་གིས་ལྷུས་ཀྱིས་བྱས་ན་སྦྱི་བ་སྦྱི་མ་
ལ་ཕན་པ་ཡོད་མེད་མ་དེས་ཀྱང་། ཆོ་འདིར་ལྷུས་ལ་ནད་ཉུང་བ་དང་། ལྷུས་
ཀྱི་བྱུངས་སྟོབས་འཕེལ་ཞིང་། ཆོ་རིང་བར་འགྱུར་བའི་ཕན་ཡོན་ཡོད་པ་ནི་
བཤད་མ་དགོས་པ་རེད།

གཞིས། གླ་ཨ་ལ་བརྟམ་ནས་དད་པ་བྱ་དགོས།

ལྷ་མ་ལ་དང་པས་མགོ་བསྐྱར་འོག་རྩ་ལྷུང་ཉེན་ཡོད་པས་དེ་ལ་དང་པ་
 བྱ་རྩུང་མིན་ལེགས་པར་བརྟག་དགོས་པ་ཞིག་རེད། དཔལ་སྤུལ་རིན་པོ་ཆའི་
 ཀྱན་བཟང་ལྷ་མའི་ཞལ་ལྷུང་ལས། ལྷ་མ་མ་བརྟགས་གཡང་མཆོང་ལྟ་བུ།
 ཞེས་གསུངས་ཡོད་པ་ལྟར་རེད། ལྷ་མ་བཟང་པོ་ཞིག་དང་འབྲད་ཅིང་དེ་ལ་
 དང་བྱས་བྱས་ན་དགེ་སྤྲིན་ལྷུང་དོར་གྱི་ཐབས་སྟོན། ལས་རྒྱ་འབྲས་གྱི་རྣམ་
 བཞག་བསྟན། རང་ལ་མི་གཞོད་ཅིང་གཞན་ལ་ཕན་པའི་ཀྱན་སྦྱོང་བཟང་པོ་
 བསྐྱབ་ཅིང་འདིག་རྟེན་འདིར་སྤུལ་བྱུང་མི་སྤེའི་གལ་རྩ་འཛངས་བྱུང་ཅིང་།
 དམ་ཆོག་ལྟར་པའི་ལྷ་སྟོན་གྱི་འབྲེལ་བ་ཞིག་ཆགས་སྟེད།

ལྷ་མ་རན་པ་ཞིག་དང་འབྲུད་ན་རྒྱས་ཆོད་འཕྲོ་བརྒྱུག་དང་། དཔལ་འབྱོར་
 གྲོག་བརྒྱུག་གྱིད། ལུང་མེད་ཡིན་ན་རང་གི་ལྷས་པོ་འཕྲོ་བརྒྱུག་ཤོར་བའི་ཉེན་
 ཁའི་གནས་དང་འབྲུད་ཡོད་པ་སྟེ། དཔེར་ན། དེང་རབས་སྤྱི་ཆོགས་ནང་རྒྱ་
 དབྱིང་མེར་བྱ་རྒྱ་འདི་འཆོ་བའི་ཉེར་སྤྱོད་གལ་ཆེ་ཤོས་དང་། ལྷ་བས་བདེ་ཤོས་
 ཤིག་རེད། འོན་ཀྱང་གཟབ་གཟབ་མ་བྱས་ན་བྱ་ཐོག་རྒྱ་མགོ་བསྐྱོར་གཏོང་
 མཁན་གྱི་བྱ་རྒྱུན་དང་། བྱ་རྒྱུན་ཆམས་དང་འབྲུད་ན་གྱོད་གྱུད་ཆེན་པོ་རལ་

པའི་ཉེན་ཁ་ཡོད་པ་དེ་དང་མཚུངས་པ་སྤྲ་མ་ངན་པ་དང་འབྲུད་ན་གྱིང་གུད་
འབྱུང་སྤྱིད་པས་གཟབ་དགོས།

གསུམ། ཚོས་སྤྱིད་བཟེ་བ་ནི་དབང་རྒྱུར་གྲལ་རིམ་གྱི་ཚུགས་སྒྲོགས་ཡིན།

ལོ་རྒྱུས་ཐོག་དུ་སྤྲ་མས་ཚོས་བེད་སྤྱོད་ནས་མི་དམངས་ལ་དབང་བརྒྱུར་
བྱས་པས་ཁོ་ཚོས་ཅི་གསུང་བཀའ་བསྐྱབས་ཡོད་པ་རེད། ཚོས་སྤྱིད་བྱུང་འབྲེལ་
གྱི་སྤྱིད་གཞུང་དེ་ནི་སྤྱིད་དབང་སྒྲེར་གཙོད་གྱི་སྤྱིད་གཞུང་ཞིག་ཡིན་སྟབས།
རང་གི་མི་དམངས་དེ་ལྟ་བུ་དང་མཐོང་བྱ་བྱུང་བ། ཡོན་ཏན་མེད་པའི་སྤྱི་
འབངས་སྤྱན་པོ་ཞིག་ཆགས་པའི་ཆེད་དུ་མི་དམངས་ལ་ཚན་རིག་ཤེས་བྲུ་སློབ་
སྦྱོར་བྱ་ཡུལ་གྱི་སློབ་གྲྭ་མེད་པ་དང་། འཛམ་སྤྱིར་གནས་ཚུལ་སྐྱེལ་བའི་གསར་
འགྱུར་ཚོལ་ཐིག་མེད་པ། ཁོ་རང་ཚོའི་དགོས་འདོད་དང་བརྒྱན་པའི་ཚོས་
ལུགས་སྒྲོངས་དད་ཁོ་ན་དྲིལ་བསྐྱགས་བྱེད་མཁན་གྱི་སྤྱིད་གཞུང་ཞིག་ཆགས་
པ་རེད། མི་དམངས་སྤྱན་པོ་ཡིན་ན་ཚོངས་དད་གྱི་སྒྲོ་ནས་སྤྱིད་དབང་སྒྲེར་
གཙོད་ཅན་གྱི་གཞུང་དེ་ལ་ངོ་ཚྏ་མེད་པ། ཁོང་གིས་ཅི་གསུངས་བཀའ་རྒྱུབ་
ཅིང་། ཅི་མཛད་ལེགས་པར་མཐོང་བའི་ཚོས་བྱས་བྱ་བའི་ཆེད་དུ་རེད། མི་སྤྱན་
པོ་ཡིན་ན་རང་གི་སྤྲ་མ་དང་དཔོན་པོའི་ཆེད་དུ་རང་སྤྱོད་སྤྱོད་གཏོང་བྱུང་
ཅིང་ཡོད་པ་རེད། དེར་དུས་ཀྱང་སྤྲ་ལོག་ནམས་ལ་སྤྱིད་དབང་མེད་ནའང་
ཚོས་དབང་གིས་མི་དམངས་ལ་དབང་རྒྱུར་བྱུང་བའི་ཆེད་དུ་ཚན་རིག་ཤེས་
བྲུའི་སློབ་གསོ་བཀའ་ཅི་བྱུང་དང་། ཚོངས་དད་དྲིལ་བསྐྱགས་བྱེད་དེ། ངའི་
རྗེས་འབྲང་ཡིན་ན་བདེ་བ་ཅན་དང་བྱངས་མདོག་དཔལ་རི་ལ་ང་ཚོ་མཉམ་
དུ་འགྲོ་ཚོག་བེར་ནས་མགོ་བསྐྱོར་གཏོང་བཞིན་ཡོད་པ་འདྲི་རེད།

བཞི། དེར་དུས་རྒྱ་མ་འགའ་ཞིག་ནི་རྩོམ་སྐྱུག་ཐོག་གི་འབྲུ་སྤྱོད་མ་དང་འབྲེལ།

སྤྱོན་དུས་རྒྱ་མེར་གཉིས་བེར་དུས་གྲལ་རིམ་ཅན་གྱི་བྱུད་པར་དབྱེ་ཚར་པ་
རེད། སྤྲ་མ་ནི་ནམ་ཡང་ཡོན་ཏན་ཅན་དང་། ཤེས་རབ་ཅན། འཛོན་མང་
ཅན། གྲལ་གྱི་འགོ་ལ་བཞུགས་མཁན་ཡིན་པ་གཏན་འཁེལ་བ་ཞིག་ཡིན་པ་
ཐག་བཅད་ཚོག་པ་དང་། སྤྱི་པོ་པོ་མོ་ནི་ཡོན་ཏན་མེད་པ། སྤྱན་པོ་ཡིན་པ།

འཛོལ་ཐང་དམན་པ། བླ་ཡང་གུལ་གྱི་མཐའ་ལ་འདུག་དགོས་པ་ཞིག་ཡིན་
པ་ཐུན་མོང་ལ་ཡོངས་གཤིས་དང་བོད་ཀྱི་ལྷགས་སྒོལ་ལྟ་བུ་ཞིག་ཆགས་ཡོད་
པ་རེད། དེར་དུས་དུས་རབས་ཀྱི་འགྱུར་བ་དང་བསྐྱེད་ནས་བོད་ཀྱི་སྤྱི་ཚོགས་
དང་མི་རིགས་ཀྱི་སྤྱི་ཚད་ལ་འགྱུར་སྒྲིག་འགྲོ་བཞིན་པའི་སྐབས་འདིར། བོད་
ཀྱི་གཞིན་རྒྱུ་ཕལ་ཆེར་ལ་སྒྲོབ་སྒྲོང་གི་གོ་སྐབས་ཐོབ་སྟེ་སྒྲོབ་གྲུ་ཆེ་འབྱིང་ཆུང་
གསུམ་ནས་ཐོན་པའི་གཞིན་རྒྱུ་རྗེ་མང་གྱུར། དུ་རྒྱལ་སྐོག་གསར་འགྱུར་
མོལ་ཐིག་སྟེ་མང་སུན་སུམ་ཚོགས་པ་ཞིག་ལ་བལྟ་སྟོག་སྟབ་ཅིང་ཡོད་པས་
ཚན་རིག་གི་ཤེས་བྱ་མང་པོ་ཤེས་རྟོགས་བྱུང་བའི་དབང་གིས་ཚོངས་དད་ཀྱི་
བསམ་སྒྲོ་དང་། སྐར་གཙོད་ཀྱི་བྱ་སྤྱོད་ལ་ཞེན་པ་ལོག་སྟེ། ཚན་རིག་ལ་
དགའ་ཞེན་དང་། དམངས་གཙོ་དང་འདྲ་མཉམ་གྱི་ལྟ་བ་བྱུང་གདལ་འགྲོ་
བཞིན་ཡོད་པས། ཁོང་ཚོ་ནི་སྤྱི་འཐུས་རིག་གསུམ་གང་ཐད་ཀྱི་མཁས་པར་
ཆགས། སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་མཐོང་རྒྱ་དང་། ལས་ཀའི་འཛོལ་ཐང་དེ་བླ་གྲ་རྣམས་ལས་
ཆེ་བ་ཞིག་གྱུར། ལྷ་སྤྱལ་ཆོའི་རྗེས་འབྲང་ཆན་པོ་ལྷན་དད་ཅན་རྗེ་ཉུང་དུ་
འགྲོ་བཞིན་པའི་དུས་འདིར། ལྷ་སྤྱལ་རྣམས་ལ་སྤར་ཡོད་ཀྱི་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་ཐོབ་
ཐང་དེ་རིམ་བཞིན་ཤོར་འགྲོ་བའི་གནས་ཚུལ་དེ་མཐོང་དུས་ཁོ་ཚོར་སེམས་
འཚབ་ཆེན་པོ་ལངས་ཏེ་སྐྱ་སེར་བར་ལ་འགྲན་ཚོད་ཀྱིས་ལས་འགུལ་སྟེལ་པའི་
འགོ་ཚུགས་པ་རེད།

ཇ། ལྷ་སྤྱལ་རྣམས་ཀྱིས་སྤྱི་ལོ་ལྷ་སྤྱལ་ཆོད་སྟེལ་བའི་ལས་འགུལ་བརྟུ་གཞིས།

[༡] དང་པོ་ཚན་རིག་དགའ་ཞེན་འགོག་པའི་ལས་འགུལ། གྱུང་གོའི་ནང་
ཁུལ་དུ་བཅོས་བསྐྱར་སྒྲོ་འབྱེད་ཀྱི་སྤྱི་ཚུལ་ལག་ལེན་བྱུང་བའི་སྐབས་སུ། རྒྱ་
གར་དང་། བལ་ཡུལ་སྐོག་གྱི་རྒྱལ་ཁག་དུ་ལྷ་སྤྱལ་རྣམས་བོད་དུ་ཐེབས་ཤིང་
གཞིས་བྱེད་མངལ་འབྲད་བྱུང་སྐབས། ཁོ་ཚོས་སྤྱི་རྒྱལ་གྱི་ཁྱོད་གོས་རིགས་མི་
འདྲ་བ་དང་། ཚུ་ཚོད་འཁོར་ལོ་སྐོག་སྐབས་དེར་གྱུང་གོའི་ནང་ཁུལ་དུ་ཚུང་
ཟད་དགོན་པའི་དེང་རབས་ཅན་གྱི་ཅ་དངོས་གསར་པ་ལག་རྟགས་བྱིར་བ་
དེར་བོད་དུ་སྤྱིས་པའི་གཞིན་རྒྱུ་རྣམས་ཏེ་ཅང་དགའ་པོ་བྱེད་ཅིང་། ཚོས་དང་

སྒྲུ་མ་དོ་སྒྲར་ཆེར་མེད་པར་མཐོང་བས། དེ་ནས་ཁོ་ཚོས་རིམ་བཞིན་ཐོད་
ནང་དུ་ཚོས་དང་སྒྲུ་མའི་རིན་ཐང་འཕེལ་རྒྱས་གཏོང་བའི་ཆེད་དུ། ཚོས་ཀྱི་
རྩས་པ་དང་ཚན་རིག་ལ་དམའ་འབེབས་ཀྱི་དྲིལ་བསྐྱགས་བྱས་པའི་སྐོར།

[༡] གཉིས་པ་ཚོས་ལ་བསྟོད་ཅིང་དཔའ་འབྱོར་ལ་དགའ་ཞིན་འགོག་པ།
ཕྱི་རྒྱལ་ལ་དཔལ་འབྱོར་གྱི་ཆ་རྒྱུན་ལེགས་པོ་ཡོད་ཀྱང་། སེམས་ཀྱི་བདེ་སྦྱིད་
དེ་ཐོད་མི་ནང་བཞིན་མེད། ཐོད་མི་རྣམས་ལ་དཔལ་འབྱོར་གྱི་ཆ་རྒྱུན་ཡག་
པོ་མེད་ནའང་སེམས་པ་སྦྱིད་པོ་ཡོད་པ་རེད། དེ་ནི་ཚོས་ལ་དད་པ་ཡོད་པའི་
དབང་གིས་རེད། ཚོས་ལ་དད་པས་སེམས་ཀྱི་སྤྱག་བསྐྱེལ་སེལ་ཐུབ་པ་རེད།
ཅེས་དྲིལ་བསྐྱགས་བྱས་པ་དེ་ཐོད་ནང་དུའང་སྒྲུ་མ་དང་གྲུ་པ་གསར་པ་བྱུང་
བ་དེ་དག་གིས་ཀྱང་ཁོ་ཚོའི་ལད་སྐྱོས་བྱས་ཏེ་དྲིལ་བསྐྱགས་བྱས། ཐོད་མི་ལ་
ཀས་རྣམས་ཀྱང་ལོ་ངོ་བརྒྱ་ལྷག་ལྷག་ཙམ་ཁོ་ཚོའི་གཏམ་ལ་ཡིད་ཆེས་ནས་
ཚོས་ལུགས་ཀྱིས་ལུས་དང་སེམས་ལ་བདེ་བ་སྤྱིར་ཐུབ་པ་བསྐྱོམས་པ་རེད།
འོན་ཀྱང་དུས་རབས་ཀྱི་འགྱུར་བའི་དབང་གིས་གཞོན་ནུ་རྣམས་ནི་སློབ་གྲུར་
འགོ་མཁན་རྗེ་མང་གྱུར་ཏེ་ཁོ་ཚོའི་དྲིལ་བསྐྱགས་ཀྱི་རྩས་པ་རིམ་བཞིན་ཉམས་
གུད་ཕྱིན། གཞོན་ནུ་རྣམས་ནི་ཚོས་ལས་དཔལ་འབྱོར་ལ་དད་ཞིན་ཆེ་བར་
གྱུར་པ་རེད།

[༢] གསུམ་པ་ཚན་རིག་ལ་དམའ་འབེབས། དེང་གིས་སྒྲུ་ལྷག་པ་ཁོ་ཚོས་
ཚན་རིག་ལ་ཉལ་ས་དགོས་པ་གང་ཡང་མེད། ད་ལྟ་ཚན་རིག་གི་ཐག་མ་ཚད་
པ་དང་མ་ཤེས་པའི་སྐོག་གྱུར་གྱི་དངོས་པོ་མང་པོ་ཡོད། ཚན་རིག་གིས་
གསར་རྟོགས་བྱུང་བའི་གནས་ཚུལ་འགའ་ཞིག་ནི་ཚོས་ཀྱི་རིག་གཞུང་དག་ན་
སྤྲོ་མོ་ཉིད་ནས་བཤད་ཡོད། རྒྱལ་བའི་བཀའ་བསྟན་ནང་དུ་གནམ་གྱུ་དང་མི་
འཁོར་བཟོ་བའི་རིག་པ་བསྟན་ཡོད། ཅེས་ངོ་ཚ་མེད་པར་རྒྱན་སྤྱགས་མེད་ཀྱི་
གཏམ་འཆལ་བཤད་དེ་ཐོད་མི་དམངས་མགོ་བསྐྱོར་གཏོང་བཞིན་པ་རེད།

[༣] བཞི་པ་གཞོན་ནུ་སློབ་གྲུར་ཞུགས་པ་འགོག་པའི་ལས་འགུལ། དུས་
རབས་ཉི་ཤུ་པའི་ལོ་རབས་དགུ་བརྒྱ་པར་སློབས་དུས། གཞོན་ནུ་རྣམས་སློབ་

གྲུང་འགོ་མཁན་རིམ་པར་ལྷུང་། ཁོ་ཚོས་ཚོས་དང་སྒྲ་མ་ལ་དང་ཞེན་གཏིང་
 ཟབ་མེད་ཅིང་དཔལ་འབྱོར་དང་རིག་གནས་ལ་དོ་སྤང་ཆེ་རུ་སྦྱོར་པས། བོད་
 ནང་རུ་བྱུང་བའི་སྒྲ་མ་གསར་པ་རྣམས་ཀྱིས་ཞིང་འབྲོག་གི་བྲིམ་བདག་པོ་མོ་
 རྣམས་ལ་བསྐྱབ་བྱ་གཙོ་བོར། སྤུ་གྲུ་རྣམས་རྒྱ་ཡུལ་རུ་སློབ་གྲུར་བཏང་ན་
 བོད་ཀྱི་སློབ་རྒྱུན་རིག་གནས་མི་ཤེས་པ་དང་། ཚོས་ལ་དད་པ་མེད་པར་
 ཆགས། དེའི་ཆེན་གྱིས་མི་རིགས་ཀྱི་ལ་རྒྱ་མེད་པ་དང་། མི་རིགས་ཀྱི་རང་
 གཤིས་བརྒྱགས་པའི་ཉེན་ཁ་ཡོད་རེད། ཅས་བསྐྱབ་བྱ་དང་སློབ་གསོ་བྱས་ཏེ་
 སྤུ་གྲུ་རྣམས་སློབ་གྲུར་འགོ་རྒྱ་བཀག་འགོག་གི་ལས་འགུལ་སྒྲེལ་བ་དེས་རྒྱས་
 པ་ཆེན་པོ་མ་ཐོན་ནའང་སྤྱི་ཚོགས་ཐོག་རུ་སྤྱིང་སློབ་གསོ་ཤིག་གྲུར་ཏེ། ཁམས་
 སློབ་ཀྱི་འབྲོག་པ་བྲིམ་བདག་འགའ་ཞིག་སློ་ལ་ད་ལྟའང་བག་ཆགས་ཅུང་
 ཟད་ཡོད་འདུག །

[༥] ལྷ་པ་རྒྱེ་བོའི་སྤང་བཞིན་འགོག་པའི་ལས་འགུལ། རྒྱེ་བོ་སློ་རིག་ཅན་
 འགའ་ཡིས་རྒྱས་རབས་དང་བསྐྱར་པའི་བོད་ཀྱི་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་གནས་ཚུལ་ལ་
 སློན་བཞིན་དང་། མ་འོངས་པའི་མདུན་ལམ་སྐོར་ལ་སྤྱིང་བཞིན་བྱས་པ་དེ་ལ་
 སྤུ་གྲུ་ལ་ཚོས་དགག་པ་འགོ་བཙུགས་པ་རེད། རྒྱེ་བོའི་སློ་རིག་གི་རྣམ་དཔྱད་
 འགོག་པ་ནི་ཚོས་དང་སྒྲ་མའི་ཐོབ་ཐང་བསྐྱར་བའི་ཆེད་རུ་ཡིན་པ་བཤད་མ་
 དགོས་པ་རེད། དཔེར་ན། ཞོགས་རྒྱང་ལ་སོགས་ཨ་མ་དོའི་སློབ་ཀྱི་གཞིན་རུ་
 ཁག་གིས་འདས་པའི་ལོ་རྒྱུས་ལ་སྤྱིར་མིག་བལྟས་ཤིང་། ད་ལྟའི་བོད་ཀྱི་བསམ་
 སློའི་གནས་བབས་པ་བརྟག་པས་བོད་རིགས་འདི་ཚོས་དད་ཐལ་དྲག་པས་
 བོད་ཀྱི་སྤྱི་ཚོགས་འབྱོར་རིག་གསུམ་འཕེལ་རྒྱས་ལ་གཞོན་པའི་སྐོར་སྤྱིང་བའི་
 སྐབས་སུ། དེ་དག་ལ་ལྟ་ལོག་དང་བསྐྱར་དག་སོགས་ཀྱི་མིང་གིས་ལྷ་མོ་ཆེན་
 པོ་ཞིག་གཡོག་སྟེ་བོད་ཀྱི་སྤྱི་ཚོགས་ནང་རུ་དེ་དག་གི་རྒྱས་པ་ལ་བཀག་འགོག་
 གང་ཐུབ་བྱས་པ་རེད།

[༦] དྲག་པ་དགོ་བཙུའི་བྲིམས་ཀྱི་ལས་འགུལ། བར་སྐབས་ཤིག་ན་ཁམས་
 སློབ་སུ་ཤང་སྤྱིང་གཞུང་དང་། སྤྱི་བདེ་མངགས་གཏོང་ཁང་གི་ལས་འགན་

འཕྲོག་སྐྱབ་ལྟ་བུའི་ལས་ཀ་ནི། དཀོན་པ་རྣམས་གཅིག་བཟུས་ཀྱིས་དགེ་བཅུའི་
 ཁྲིམས་ཟེར་བ་ཞིག་བཅུགས་ནས་སྒྲ་མའི་ཐོབ་ཐང་ག་ཟེངས་སུ་བསྟོད་བྱུང་
 པའི་རེ་བ་ཞིག་བཟོས་པ་རེད། སྐབ་མཐའ་སོ་སོའི་མཁའ་པོ་རེ་རེ་ཁྲིན་ཏུར་
 འཚོགས་ཤིང་རྒྱ་སྒྲ་དུག་སྒྲེའི་ཚོགས་འདུ་ཟེར་བ་ཞིག་བཟོས་ཀྱང་ལམ་སྟོང་མ་
 སོང་བ་རེད། འོན་ཀྱང་གནས་སྐབས་རྟིང་མ་སོ་ནས་སྐབ་པའི་དགེ་བཅུའི་
 ཁྲིམས་དེ་ཁམས་སྟོགས་ཀྱི་ས་གནས་མང་པོ་ཞིག་ལ་འབྲོག་པའི་ཚོང་ལས་
 འཁོག་པ་དང་། རོང་པའི་བྱར་ལས་འཁོག་པ། དབྱར་ཚུ་དཔུན་འབྱུང་ལ་རུས་པ་
 མེད་ཚུལ་བསྐྱགས་ཏེ་རྒྱ་བོད་ཚོང་འབྲེལ་འཁོག་པ་བཅས་ཀྱི་སྒྲོ་ནས་མི་
 དམངས་ལ་དབང་བསྐྱར་བྱ་ཐབས་འབད་བཅོམ་བྱས་པའི་ལས་འགུལ་དེས་
 མི་དམངས་ཀྱི་ཁེ་ཕན་ལ་གཞོན་པ་ཆེན་པོ་བྱང་བའི་དབང་གིས་དེང་རུས་
 རིམ་བཞིན་ཉམས་སྐྱད་འགྲོ་བཞིན་པ་རེད།

【 ༥ 】 བརྟན་པ་སྟོག་བསྐྱེ་ཚོགས་པའི་ལས་འགུལ། རྒྱ་མེར་མཉམ་འབྲེལ་གྱི་
 སྡེ་འབངས་རྣམས་དབང་རུ་བྱ་བའི་ཐབས་སུ་སོ་ཚོས་སྟོག་བསྐྱེ་ཚོགས་པ་ཁག་
 འགའ་ཞིག་བཅུགས་ཤིང་། རྒྱ་བོད་གཉིས་ཀྱི་ལག་ནས་སྒྲོར་མོ་བསྐྱེ་ལེན་བྱེད་
 ཅིང་། རྒྱ་དང་ཉ་ཚོང་བྱེད། ཁ་ཆེ་དང་ལུག་ཚོང་བྱེད། ཞིང་འབྲོག་ས་སྤྲུལ་རུ་
 རྫོང་ཚོག་གི་ཚོང་ལས་བཀག །ལྷ་དམག་གིས་ཚོང་ཚོག་འཕྲོགས། ཚོང་པ་
 བརྟུང་བ་སོགས་བོད་ཀྱི་མི་མེར་རྣམས་ལ་དབང་བསྐྱར་གྱི་ལས་འགུལ་སྟེལ་
 བའི་སྒྲོར་དཔེར་མཚན་ཅམ་རུ་མ་རྒྱའི་འབྲོག་པ་ཞིག་གིས་བཤད་པའི་སྐྱ་སྐམ་
 དེ་ལས་མཁའ་པོ་བསོད་དར་རྒྱས་ཀྱིས་རྒྱ་མེར་བརྒྱ་སྒྲོར་ཞིག་བྲིད་ནས་མ་རྒྱ་
 ཚོང་པའི་རྫོང་ལུགས་བཅོམ་པའི་སྒྲོར་ལས་གསལ་བ་ལྟར་རོ། །

【 ༦ 】 བརྒྱད་པ་དཀར་ཟས་ཚོགས་པའི་ལས་འགུལ། རྒྱ་བོད་རྒྱ་མེར་མཉམ་
 འབྲེལ་གྱི་ལས་འགུལ་སྟེལ་བའི་ཆེད་རུ། རྒྱ་ནག་ཏུ་ཤང་ལུགས་ཀྱི་ཤ་ཟས་
 སྤངས་ཤིང་། སྒོ་ཟས་སོ་ནར་སྦྱོད་པའི་ལུགས་སྟེལ་དེ་བོད་མདོ་དབྱས་མཐོ་
 སྤང་ཡུལ་གྱི་ཞིང་འབྲོག་ཡོངས་ལ་དར་སྟེལ་གཏོང་བའི་ལས་འགུལ་སྟེལ། དེའི་
 རྒྱུ་ཀྱིས་སོར་ལུག་མི་འདུ་བའི་དབང་གིས་མིའི་ལུས་ཁམས་བདེ་ཐང་ལ་

གནོད་སྐྱོན་ཐེབ་པ་མ་ཟད། འབྲོག་ལས་འཕེལ་རྒྱས་ཀྱི་ལས་ཀ་ལའང་བཀག་
འཁོག་གང་འཚམས་ཤིག་ཐེབས་པས་ས་གནས་འགའ་ཞིག་ཏུ་གནས་སྐབས་སུ་
འབྲོག་ས་སྤོང་བའི་འགོ་ཚུགས། འོན་ཀྱང་དེ་ལྟའི་འཚོ་བ་དེ་ཡུན་རིང་མ་
འགོར་བ་དེར་དུས་འབྲོག་པ་བརྒྱུད་གསོ་བྱེད་ཅིང་ཡོད་པར་ཐོས།

[[༡]] དགུ་པ་སྐྱེ་བའི་འཆད་ཚིང་ཚོམ་གསུམ་ལ་དགག་པའི་ལས་འགུལ། ཉི་
མོ་ ༢༠༡༥ ལོར་ངས་སློབ་ཤུག་ནམས་ལ་མིག་སྒར་བོད་ཀྱི་སྤྱི་ཚོགས་ནང་དུ་
ངན་པ་དགུ་འཛོམ་དང་། ཡན་ཀོང་། ཉི་ནག་ཟེར་བ་འདི་དག་བོད་རང་
ལུགས་ཀྱི་རིག་གནས་མིན་ལ་ཚན་རིག་དང་མི་མཐུན་པའི་ཚོངས་དད་ཅིག་
ཡིན་པ་རོ་སྤྱོད་ཀྱི་ཚོམ་ཡིག་ཅིག་གིས་ཉེ་སྐད་འཕྲིན་ཐོག་ཏུ་བཏང་བ་དང་།
གསེར་རྩ་བྱུང་སྐར་གྱི་མཁན་པོ་དགོ་དཔལ་ཟེར་བ་ཞིག་གིས། ཐུབ་བརྟན་
ཐུན་ཚོགས་ཀྱིས་མི་ཤེས་ཤེས་མདོག་བྱས་ནས་ཅིས་ཀྱི་སྒྲོར་བཤད་པ་རེད།
ཅས་པའི་ཚོམ་ཡིག་ཅིག་བཏང་བ་དེ་ལ། ངས་དེ་བས་ལྷག་པར་དང་ཁ་གསལ་
བའི་དགག་ལན་ཞིག་གིས་པ་དེ་ནས་བཟུང་ཁོང་ཚོའི་བྱ་སྤྱོད་ངན་པའི་རིགས་
ནམས་ལ་ངས་ཐེར་འདོན་བྱ་བའི་འགོ་བཅུགས་པ་རེད། ཁོང་གི་དམིགས་
ཡུལ་དེ་སྤྱི་ཚོགས་ཐོག་ཏུ་སྐྱེ་བོ་ཞིག་གིས་སྒོལ་རྒྱུ་རིག་གནས་སྒྲོར་ལ་བཤོ་
སྤོང་བྱ་བའི་རྩས་ལུགས་བཅོམ་པའི་ཆེད་དུ་ཡིན་པ་སྤྱོས་མ་དགོས། འོན་ཀྱང་
ཁོང་གིས་སྒོལ་རྒྱུ་རིག་གནས་ཀྱི་བྱུང་ཁུངས་ལ་ཆ་རྒྱས་ཆེར་མེད་པས་ཏམ་
པའི་སྒྲོ་ནས་བཀའ་བཀྱོན་གནང་སྐབས། ངས་དེ་ལས་ལྷག་པའི་དགག་ལན་
ཐུལ་བ་ཡིན། དེ་བཞིན་དུ་སྤོང་ཡོན་ཏན་ཟེར་བའི་གྲུ་ལོག་ཅིག་གིས་མགོ་ལོག་
སོང་ནས་སློབ་རྒྱུང་ནང་དུ་འབྲོག་ཤུག་འགའ་ཞིག་གི་མཐུན་དུ་མཁས་པ་ཡིན་
ན་ཟླ་མ་དང་གྲུ་ཁེར་མོ་བ་ཡིན་དགོས་པའི་ནམ་འགྱུར་སྤོན་པའི་ཆེད་དུ།
ངས་རྩ་ཁེར་ཐུལ་དགོན་དུ་ག་གའི་ཐུན་ཚོགས་ཟེར་བའི་གས་པོ་ལྟ་དེ་ཁྲིང་དེ་
ཞིག་གིས་བོད་ཀྱི་གསོ་རིག་ལོ་རྒྱུས་བཤད་པ་ལ་དགག་པ་བྱས་ཉེ་ཁོས་ང་ལ་
ལན་མ་འཕྲོད་པ་ཁྲོས་དགོས་པར་བྱས་ཡོད་ཅིས་རྒྱུ་བཤད་པ་ཡང་སྤྱི་
ཚོགས་ཀྱི་སྤང་རྩེལ་ཁེར་མོའི་ནམ་པ་བསྟོད་པའི་ཆེད་དུ་ཡིན་པ་སྤྱོས་མ་

དགོས།

[༡༠] བརྩ་པ་འབྲུམ་རམས་པ་ལ་དམའ་འབེབས་ཀྱི་ལས་འགུལ། ཏུས་
 རབས་ཉེར་གཅིག་པའི་ནང་འདིར་བོད་ཡུལ་ཙུང་བའི་སློབ་གསོའི་མཐུན་ཁྱེན་
 གོང་འཕེལ་སོང་བའི་ཁྱེན་གྱིས་ཕོ་མོ་བྱད་མེད་ཀྱི་རབ་འབྲུམས་པ་དང་འབྲུམ་
 རམས་པ་མང་པོ་ཞིག་བྱང་བ་དང་། སྤྱི་ཚུགས་ཐོག་ཏུ་མཁས་པའི་མཆན་སྟན་
 ཀྱི་གོ་ས་པལ་ཆེར་དེ་དག་གིས་འཛིན་པ་ལ། སྤྱི་སྤུལ་ནམས་ཀྱིས་འབྲུམ་
 རམས་པ་ཟེར་བ་དེ་ཆེད་ལས་སོ་སོ་ལ་དམིགས་བསལ་གྱི་མཁས་པའི་རིགས་
 ཤིག་ཡིན་པ་མ་ཤེས་ཤིང་དེ་ནི་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་ཡིན་པའི་གོ་བ་སྤངས་ཏེ།
 འབྲུམ་རམས་པ་ལ་ཡོན་ཏན་མེད་པའི་རྒྱ་མཆན་དུ། འབྲུམ་རམས་པས་དཔལ་
 འབྱོར་ལས་རིག་མི་ཤེས་པ་དང་། འབྲུམ་རམས་པས་ཆན་རིག་མི་ཤེས་པ་
 སོགས་སྟོན་བརྗོད་དང་སྟོན་སྟོར་སྤྱི་ཚུགས་བྱས་སྟབས། ངས་འབྲུམ་རམས་པའི་
 སློབ་སྦྱོར་གི་ཆེད་གཞི་ངོ་སྟོན་ཅིས་པའི་ཚུལ་ཡིག་ཅིག་བྱ་ཐོག་ཏུ་བཏང་ཡོད།
 ཁོ་ཆོས་འབྲུམ་རམས་པ་དང་། རབ་འབྲུམས་པ་དག་ལ་ཡོན་ཏན་མེད་ཚུལ་
 དམའ་འབེབས་བྱས་པ་འདི་ནི། དེང་ཏུས་འཛམ་གླིང་ཐོག་ཏུ་མཁས་པའི་
 མཆན་གནས་འབྲུམ་རམས་པ་ཐོབ་མཁན་དེ་བོད་ཀྱི་སྤྱི་བོ་ཕོ་མོ་ནམས་ཡིན་
 པ་མ་ཟད། བོད་ཀྱི་སྤྱི་ཚུགས་ནང་ལའང་འབྲུམ་རམས་པའི་ཐོབ་ཐང་དེ་ཏ་
 ཅང་མཐོན་པོ་ཞིག་ཆགས་ཡོང་སྐབས། སྤྱི་སྤུལ་ནམས་བོད་ཀྱི་ས་ཁྲག་ནང་
 ཏུའང་རྒྱབ་བཀྱག་ཤོར་བའི་ཉེན་ཁ་སླེབས་བཞིན་ཡོད་སྟབས། ཁོ་ཆོ་རྩོ་
 བསྐྱུག་ཐོག་གི་འབྲུ་གོག་མ་དང་འདྲ་བའི་བྲེལ་འཆུབས་ལངས་ཏེ་མི་སྤྱི་མཁས་
 པ་ནམས་གང་བྱང་དམའ་འབེབས་བྱས་པ་རེད།

[༡༡] བརྩ་གཅིག་པ་འབྲུབ་སྟོན་སྤྱི་ཚུགས་ཀྱི་ལས་འགུལ། 1. འཛམ་གླིང་
 རྒྱལ་ཁབ་ཁག་ནམས་ཁོར་ཡུག་སློབ་ཆེད་དུ་གྲོལ་མོལ་དང་ལས་འགུལ་སྤེལ་
 སྐབས། བོད་ཀྱི་སྤྱི་སྤུལ་འགའ་ཡིས་ཀྱང་རང་འཁྱིའི་འོས་འགན་ཆོས་བཤད་
 ཟུར་དུ་བཞག་སྟེ། ཁོར་ཡུག་སྤྱང་སློབ་རི་ལྟར་བྱ་བའི་སྟོར་གྱི་འབྲུབ་སྟོན་བྱེད་
 པ། 2. འཛམ་གླིང་འབྲོད་བཞེན་ལས་ཁུངས་དང་། རྒྱལ་ཁབ་རིམས་ནད་སྟོན་

འགོག་ལས་ཁུངས་གིས་རིམས་འགོག་སྒོར་བྱུང་བསྐྱགས་བྱེད་སྐབས། བོད་ཀྱི་
སླ་སྡུལ་འགའ་ཞིག་གིས་ཀྱང་སྒོལ་རྒྱན་རིག་གནས་ཀྱི་རིམས་ནད་སྔོན་འགོག་
པ་འབྲབ་སྔོན་བྱེད་པ།

3. ཨྱི་ཚླགས་སྒོག་གི་མི་མེད་དུས་མའི་སྤང་དོར་སླ་མ་ཟེར་བ་དེ་ཚོས་དང་
ཚན་རིག་གཞིས་ཀ་ཤེས་མཁན་གྱི་ཐམས་ཅད་མཁུན་པ་ཞིག་ཡིན་པའི་རྣམ་པ་
སྔོན་བྱེད། ཨྱི་རྒྱལ་མགོ་མེད་ཁ་ཤས་ཤིག་དང་མཉམ་དུ་སྔོན་པའི་པར་རིས་
འགའ་ཞིག་བཏང་ནས་ཚན་རིག་སློང་བའི་ཚན་རིག་པ་འབྲབ་སྔོན་བྱེད་པ།

4. མི་དམངས་སྒྲོངས་དང་ཅན་རྣམས་མགོ་གཡོག་པའི་ཆེད་དུ། ང་དང་ངའི་
ཚོས་ལ་དད་པ་བྱེད་མཁན་རྣམས་ང་ཚོ་མཉམ་དུ་ཟངས་མདོག་དཔལ་རི་ལ་
འགོ་ཚླག་པ་དྲིལ་བསྐྱགས་བྱས་ཏེ་ཚོ་ཨྱི་མའི་ལམ་སྔོན་པ་འབྲབ་སྔོན་བྱེད་པ།

5. སླ་མ་ལ་སྒོག་འདོན་གྱི་རྒྱ་འཕུལ་ཡོད་པའི་དྲིལ་བསྐྱགས་ཆེད་དུ་ཉིན་རེ་ལ་
བཀའ་འཁུར་དུ་ཉི་ལྔ་རུག་ཅམ་འདོན་བྱུང་བའི་འབྲབ་སྔོན་བྱེད་པ། 6. སླ་མ་

དང་གྱ་རུ་པར་འབྱུང་གནས་བར་འབེལ་བ་ཡོད་སྐབས་གནམ་གཏེར་དང་
མཚོ་གཏེར་སོགས་བཞེས་པའི་གཏེར་སྔོན་འབྲབ་པ་བཅས་དེ་ལྟ་བུའི་འབྲབ་
སྔོན་སྤྱ་ཚླགས་ཀྱི་སྒོ་ནས་སྐྱ་མེད་བར་ལ་འགུན་ཚུད་གྱི་ལས་འགུལ་སྒེལ་ཡང་།
རུས་རབས་ཀྱི་དབང་གིས་ཁོ་ཚོའི་རུས་པ་དེ་ཉིན་ལྟར་རེ་ཉམས་སུ་བྱེད་ཏེ་
མཐར་དུག་ནད་དུག་བཅས་ཟེར་བ་ལྟར་སྐྱེ་བོས་སྐྱེ་བོ་ལ་དགག་པའི་ལས་
འགུལ་ཞིག་སྒེལ་ཡོད་འདུག །

[༡༩] ཨྱི་བོས་སྐྱེ་བོར་དགག་པའི་ལས་འགུལ་སྒེལ་བ། འདས་པའི་ལོ་རྩ་
བརྒྱ་ལྷག་གཞིས་ཅམ་གྱི་རིང་ལ་དྲིལ་བསྐྱགས་དང་འབྲབ་སྔོན་སྤྱ་ཚླགས་ཀྱིས་
སླ་ལོག་ཁག་གཅིག་གིས་མ་གྲོས་རང་འགྲིག་གི་སྒོ་ནས་དམངས་ཁྲོད་དུ་མེད་
མོ་བའི་མཚན་སྟན་དེ་སྐྱེ་བོ་རྣམས་ལས་མི་དམན་པ་ཞིག་བརྟན་བསྐྱུང་བུ་
བྱུང་བའི་ཆེད་དུ་གོང་གསལ་ལྟར་འབྲབ་སྔོན་སྤྱ་ཚླགས་བྱས་ཀྱང་རུས་རབས་
ཡར་རྒྱས་ཀྱི་དབང་གིས་ཁོ་ཚོའི་འབྲབ་སྔོན་དེ་རུས་པ་ཆེན་པོ་མ་ཐོན་པས་སྐྱེ་
བོ་རྟོག་སད་པ་རྣམས་ལ་ངོ་སྤོལ་བུ་བའི་ཐབས་ལམ་གསར་པ་ཞིག་བཟོས་

ཡོད་པ་ནི། སྤྱི་བོས་སྤྱི་བོ་ལ་དགག་པའི་ལས་འགུལ་ཞིག་བྱས་ཡོད་པར་
 མཐོང་། ཇི་སྒྲུང་ཞེན། ཉེ་དུས་སྤྱི་ཚུགས་ཐོག་གི་གཞོན་ནུ་འབྲམ་པོ་ཁག་
 གཅིག་གིས་སྤྱི་བོ་རྟོག་སད་པ་རྣམས་ལ་སྐད་འཕྲིན་བྱ་ཐོག་ཏུ་དགག་གཏམ་
 རྩ་ཚུགས་བྱེད་པར་མཐོང་། གནས་ཚུལ་དེ་ལ་ཞིབ་ཏུ་བརྟག་པས་ཁོ་ཚོས་སྤྱི་
 བོ་རྟོག་སད་པ་ལ་དགག་པའི་སྐད་ཆ་རྣམས་ནི། སྔོན་སྒྲ་ལོག་ཚེས་བཤད་པའི་
 སྐད་ཆ་དེ་བསྐྱར་སྒྲོས་ཤ་སྟག་རེད། དཔེར་ན། ཁམས་རིན་ཆེན་གྱིས་དབྱར་རྩ་
 དགུན་འབྲུ་ཚོང་ལས་བརྟན་པོ་མིན་པ་ཟེར་བ་ཚུལ་སྒྲོའི་གསུང་བསྐྱར་སྒྲོས་
 དང་། བྱད་མེད་འཆལ་མོ་དེས་ཐུབ་བསྟན་ཐུན་ཚུགས་ཁོ་རང་ཡོན་ཏན་
 མེད་ཀྱང་ལམ་འགྲོའི་སྟབས་གྱིས་ལས་ཀ་རག་པ་རེད་ཅེས་བཀའ་བརྒྱུད་པའི་
 སྒྲ་ལོག་གཏམ་གངས་སྟུག་གིས་བཤད་པ་དེ་བསྐྱར་སྒྲོས་བྱེད་པ་རྣམས་ནི་ཁོ་
 ཚོ་ནི་རྟོག་སད་པ་ལ་ངོ་ཚྭ་བྱེད་མཁན་གྱི་སྒྲ་པ་ཡིན་པ་ཤེས་པ་མ་ཟད། ཁོ་
 ཚོ་ནི་སྒྲ་ལོག་ཚེས་མངགས་པའི་ལས་འགུལ་པ་ཞིག་ཡིན་པའི་བདེན་དཔང་
 གཞན་ཞིག་ནི། བྱད་མེད་འཆལ་མོ་དེས་མོ་རང་སྐད་འཕྲིན་སྤྱིང་བརྒྱུད་ཀྱི་
 བྲ་ལམ་ལ་འགྲོ་སྤང་གཏོང་མཁན་སྒྲ་མ་ཡོད་ཅེས་བྲ་གྲོགས་ཞིག་དང་བགོ་
 སྤྱིང་བྱས་པ་སྤྱི་ཚུགས་ཐོག་ཏུ་བརྟང་ཡོད་པ་ལས་ཤེས།

མདོར་བསྟུས་ན། དེར་དུས་སྒྲ་མ་ལ་བཟང་ངན་རིགས་གཉིས་ཡོད་པ་
 ལས་ཤོང་གསལ་འདི་དག་ནི་སྒྲ་ལོག་གྲ་ལོག་ཟེར་བ་རྣམས་ཡིན། ཁོ་ཚོའི་བྱ་
 སྤྱིང་དེ་གོང་སྒྲུལ་ཞལ་གདམས་ལས།

- བརྟུང་ཐུབ་ན་ཕ་མགོ་ཡིན་ཀྱང་བརྟུང་། །
- འཕྲོག་ཐུབ་ན་སྒྲ་མའི་དགོར་ཡང་བཅོམ། །
- གཡོ་དགོས་ན་མ་ཆུན་མགོ་བོ་བསྐྱོར། །
- ཁམས་དགོས་ན་ཆོ་རིག་ཟས་སྐལ་བཅད། །
- རྩན་སྤྱི་རྒྱལ་བྱད་ཀྱང་ངོ་ཆ་མེད། །

ཅེས་པའི་མཆན་ཉིད་ཅན་གྱི་སྒྲ་གྲ་ཤ་སྟག་རེད། སྒྲ་མ་བཟང་པོ་ནི། མིང་
 འོན་མཆུངས་པའི་དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་དམ་པ་དུས་ནམ་ཡིན་ཡང་བཀའ་

གདམས་པོར་མ་ཆུམས་ཀྱི་ཐུགས་བཞིན་ལྟར། ཁེ་དང་རྒྱལ་ཁ་མི་ལ་སྦྱིན། །
 གྲོང་དང་སྤྲུགས་ཁ་རང་གིས་ལེན། ཞེས་པའི་གདམས་ངག་ལག་ལེན་གནང་
 ཞིང་། རང་ཉིད་སྐྱེར་གྱི་ཁེ་ཕན་ལས་མི་རིགས་ཀྱི་ཁེ་ཕན་གལ་ཆེ་བ་དང་།
 ཆོས་ལུགས་ཀྱི་ཁེ་ཕན་ལས་མི་རིགས་ཀྱིས་ཁེ་ཕན་གཙོ་བོར་འཛིན་མཁན་གྱི་
 སླེ་མ་ཡང་ཡོད་པ་དཔེར་ན། བོད་ནང་དུ་གདོང་བརྟན་པོ་དང་། སྒོ་ཤེར། ར་
 སེ་དཀོན་མཆོག་རྒྱལ་མཆོན་སོགས་དང་། སྤྱི་རྒྱལ་དུ་བཞུགས་པའི་བེ་རི་དགེ་
 བཤེས་དང་། ལོག་སྤྱི་ཆར་གཙོད་ལ་སོགས་པ་ལྟ་བུ་རྩམས་རེད།

བརྟན་པ་མཐའ་བཟུང་སྒོ་ནས་བཤད་ན། གལ་སྲིད་དེང་དུས་ཀྱི་སློ་ལོག་
 ལྷ་ལོག་འདི་ལ་བོད་ལྗལ་འདི་འཛིན་སྒྲོང་བྱེད་བརྟན་པ་ཡིན་ན་ཙམ་བའི་སྲིད་
 རྒྱུས་དེ། དཔོན་པོ་ཁྱི་གདུགས་ཅན། རྩེ་འབངས་བརྟན་གཤིས་ཅན། དཔལ་
 འཕྱོར་སྒྲོང་མོ་ཅན། ཆོས་ལུགས་མཆོན་ཆ་ཅན། ཆེད་ལས་ནང་འཁྲུག་ཅན།
 དུས་རབས་ཉེར་གཅིག་པའི་སྐབས་འདིའང་ཤུབ་མཐའི་འཐབ་ཚོད་རྒྱུ་མི་
 ཆད་པ་ཞིག་སྒྲོང་ནས་དེང་དུས་ཀྱི་ཨ་ཇུ་ཀ་ནི་སི་ཐན་དང་། དབྱིན་རག་ལས་
 གྲང་ཐ་ཆད་པའི་ལྗལ་ཤུ་ཞིག་ཆགས་པ་སྒྲོས་མ་དགོས་པ་བྱུར་བལྟས་ལེབ་
 མཐོང་ཞིག་རེད། །



ཚོས་ལྷགས་པས་མགོ་བསྐྱར་ཐབས་ཀྱི་རིག་པ་བརྟན།

2022.12.11

མིག་སྒྲར་བོད་རིགས་མི་དམངས་ནམས་ལ་དྲན་སྦྱང་གི་ཚུལ་དུ་ཁྱེད་གོས་པ་
 ཞིག་ལ། ད་ལྟའི་བོད་ཀྱི་སྤྱི་ཚོགས་ནམས་ཀྱི་ང་ཚོ་ལ་མགོ་བསྐྱར་གཏོང་བའི་
 ཐབས་ཤེས་འགའ་ཞིག་བོད་སྤྱི་ཅིང་ཡོད་པ་དེ་དག་མདོར་བསྟུན་མགོ་
 གཡོག་ཐབས་ཀྱི་རིག་པ་བརྟན་ཟེར་བ་ཞིག་ངོ་སྤྱོད་ཁྱེད་ཀྱི་ལྟ་ཡིན། ངས་འདྲིར་
 བཤད་པ་འདི་ཚོས་ལ་དད་པ་མ་བྱེད་ཟེར་བའི་དོན་མིན། ཚོས་ཡང་དག་
 དང་། སྤྱི་མ་ནམ་དག་ལ་དད་པ་བྱས་ན་ལུས་སེམས་གཉིས་ཀ་ལ་མན་པའི་
 བརྟན་ལེན་གྱི་སྒྲན་འཁུང་བ་དང་དོན་གཅིག་རེད། གལ་སྲིད་སྤྱི་ཚོགས་ནམས་
 ཀྱི་རྗེས་སུ་འཇུག་ནས་ཚོས་ལོག་ལ་ཁྱགས་ན་ཉིན་རེ་བཞིན་ཨ་རག་རྒྱ་མ་གང་
 རེ་འཁུང་ནས་གནས་སྐབས་སེམས་སྦྱིད་པོ་བྱེད་ཐབས་དང་དོན་གཅིག་རེད།
 ཉིན་རེ་ཨ་རག་རྒྱ་མ་གང་རེ་འཁུང་ན་ཡུན་མི་རིང་བ་ཞིག་ནས་མཆིན་པ་སྤྱི་
 འཇུག་གྱི་ནད་ཀྱིས་མཁར་ཏེ་ལུས་སེམས་སྤྱག་བསྐྱེད་ཀྱིས་མཁར་བའི་གནས་
 སྤྱི་ཁྱེད་བ་དང་དོན་གཅིག་རེད།

གཅིག །གཏོར་སྟོན་ཟེར་བའི་མགོ་གཡོག་ཐབས།

བོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་ཐོག་དུ་གཏོར་དང་གཏོར་སྟོན་ཟེར་བ་འདི་བོན་གྱི་ཚོས་
 ལྷགས་རིག་གནས་ཀྱི་ཐ་སྟོང་ཅིག་རེད། དེ་ཡང་སྤྱི་ལོའི་དུས་རབས་དང་པོའི་
 འགོ་ཙམ་ན་རྒྱལ་པོ་གྱི་གྲུ་བཅན་པོའི་སྐབས་སུ་བྱུང་ཡོད་པ་ 《ལེགས་བཤད་
 རིན་པོ་ཆེའི་གཏོར་མཛོད་》ལས། གཤེན་པོ་ནམས་སྟོ་བལ་མོན་གྱི་ཡུལ་དུ་བཅུན་
 པ་གཞུགས་པར་དགོངས་ནས་གཙང་སྟོད་ཀྱི་བ་མཁར་ནས་ཆས་ཏེ་གཤེགས་སོ། །
 བཅུན་པ་མི་ཚུགས་པའི་རྟགས་བྱུང་སྟེ་ནམ་མཁའ་ལས་སྤྱི་མི་སྟན་པ་དང་། ཁ་
 བ་བྱ་ཡུག་རྒྱུང་དམར་ལ་སོགས་བྱུང་ནས་རྗེལ་མཚོ་དེའུ་མགུལ་ནས་སྤར་ལོག་སྟེ།

ཐོན་ཐམས་ཅད་གཏིར་རུ་སྤྲོས་ཏེ། ས་རྟགས་མཆོན་དང་ལྡན་པ་འབྲི་མཆོམས་
 མཐའ་དཀར་ལ་སྤྲོས། དུན་པ་དང་། ཡོ་ཕུས་ཡར་སྐྱང་རམ་པོ་དཔལ་རི་ལ་
 སྤྲོས། དམུ་ཅ་དང་། ར་སངས་ཁོད་རམ་གཉིས་ཀྱིས་བྱང་འབྲོག་རུ་བྱོན་ཏེ་
 ཟང་ཟང་ལྟ་བུ་དང་ར་བྱང་རྫོང་། རྒྱ་ཕྱལ་གསང་བའི་བྲག་ལ་སྤྲོས། དེ་ལྟར་
 ཐོན་ཐམས་ཅིན་པོ་ཆེའི་གཏིར་རུ་སྤྲོས་ནས་གཤེན་པོ་ཐམས་སྤྲོས་པ་སྤྱིང་གི་གྱིམ་
 ཤོད་ནས་མར་ཆས་ཏེ་སོག་པོ་སྤྱུ་སྤྱོག་གོན་པ་དང་། འཇང་མི་མིག་དགྲ་དང་།
 རྟོར་དང་རྩ་མི་ཤིང་མི་ལ་སོགས་ལ་འགྲོ་བའི་བར་མ་ཆད་པར་གྱུར་ཅིག །གཡུང་
 རྒྱང་ཐོན་གྱི་བསྟན་པ་གཉན་པར་གྱུར་ཅིག །བསྟན་པ་གཏིར་རུ་སྤྲོས་པ་ཐམས་
 གྱང་མེ་ཏོག་སྤང་ལ་བརྗོད་བ་ལྟར་རྒྱས་ལ་བབ་ཅ་ན་ལས་དང་སྐལ་བ་ལྡན་པའི་
 གཞོན་ལྷ་དལ་འབྱོར་ཅན་ཁ་ཅིག་གིས་རྟེན་པར་གྱུར་ཅིག །རྟེན་ནས་གྱང་བསྟན་
 པ་རྒྱལ་ཤིང་བཀྲ་ཤིས་པར་གྱུར་ཅིག །ཅིས་གསུངས་ཏེ་སྟོན་ལམ་དང་བཅས་
 གཏིར་རུ་སྤྲོས་སོ། ། ཞེས་གསལ་བའི་དོན་འདི་དག་ལ་ཞིབ་རུ་དབྱད་ན། སྐབས་
 དེར་ཐོན་པོའི་ཆོས་ཐམས་ཉམས་སྐད་ཐེབས་ཏེ་ཐོན་གྱི་རྟེན་གསུམ་ཐམས་བདག་
 གཉིར་བྱ་བར་དཀའ་ངལ་བྱུང་བ་དང་། ས་རྩོལ་བྲག་སོགས་ཀྱི་ཁོད་རུ་སྤྲོས་
 སྐྱང་བྱས་ཏེ་ས་རྟགས་དང་ཡི་གེ་བཞག་ནས་གསང་བ་རིམ་བརྒྱད་བྱས། རྗེས་
 སྤྱུ་རྒྱལ་བབ་དང་བསྟན་ནས་སྤྲོས་པའི་དངོས་པོ་ཐམས་སྤྱངས་ཏེ་བེད་སྤྱོད་བྱེད་
 པའི་སྟོལ་དེ་ལ། གཏིར་སྤྲོས་པ་དང་། གཏིར་བཏོན་པ་བཅས་ཀྱི་ཐ་སྟོན་ཆགས་
 ཤིང་། གསུང་རབ་གཏིར་རུ་སྤྲོས་པ་དང་། གཏིར་ནས་བཏོན་པ་བཅས་ཀྱི་སྟོལ་
 དེ་ཐོག་མར་རྒྱས་རབས་དེ་དག་གི་སྐབས་སྤྱུང་ཡོད་པ་ཤེས་པར་བྱའོ། །

དེ་ནས་ཕྱི་ལོའི་རྒྱས་རབས་གཉིས་པ་དང་གསུམ་པ་ཅམ་ནས་དབུས་གཙང་
 རྩོགས་སྤྱུ་བྱིམ་སྤྲགས་པར་བྲགས་པའི་ཆོས་ལྷགས་ཀྱི་མཛད་སྟོན་སྟོལ་མཁན་ཁག་
 གཅིག་བྱང་ཡོད་པ་དེ་དག་གིས་རང་གིས་བྲིས་པ་དང་། ཐོན་གྱི་གཏོ་ཆོག་ཁག་
 གཅིག་བཟོ་བཅོས་བཏང་བ་དེ་དག་གྱུ་རུ་རིན་པོ་ཆེས་རྒྱས་སྤྲོས་པ་བབས་པའི་ཆོས་
 སྐལ་དེ་ཐམས་སྐབས་དེར་རི་མཆོ་བྲག་སོགས་ལ་གཏིར་རུ་སྤྲོས་པ་ཞིག་ཡིན་པ་
 དང་། ཁོ་རང་ཆོ་གྱུ་རུའི་སྟུལ་པ་རྒྱས་བབས་ཀྱི་གཏིར་སྟོན་ཆེན་པོ་ཡིན་སྐབས་

གཏེར་ནས་དྲངས་པ་ཡིན་ཞེས་དྲིལ་བསྐྱགས་བྱས་ཤིང་དར་སྤེལ་གཏོང་བའི་སྒོལ་
 དེ་དང་རྩས་བར་གནས་ཡོད་པ་ཞིག་རེད། སྐབས་དེར་སྤེལ་བངས་སྤྱི་ལ་ཡོན་
 ཏན་མེད་པ་དང་། པར་ཆས་དང་བརྟན་འཕྱིན་དེང་རབས་ཀྱི་འཕྲུལ་ཆས་སོགས་
 མེད་པའི་སྤྲབས་ཀྱིས་ཁོ་ཚོའི་རྩལ་རྒྱལ་མ་དོལ་བར་ལོ་གངས་བརྒྱ་ལྷག་མང་པོ་
 གནས་སྤུབ་པ་བྱུང་ཡོད། དེང་རྩས་གཏེར་སྟོན་རྣམས་ཀྱི་གནམ་གཏེར་དྲང་། ས་
 གཏེར། མཚོ་གཏེར་སོགས་གཏེར་འགའ་ཤས་སྤར་ལུགས་ལྟར་བྲངས་ཡོད་ཀྱང་།
 དེང་རབས་ཀྱི་མི་རྣམས་ལ་ཡོན་ཏན་ཡོད་པ་དང་། པར་ཆས་དང་བརྟན་ཆས་
 སོགས་དེང་རབས་འཕྲུལ་ཆས་མང་བའི་སྤྲབས་ཀྱིས་ཁོ་ཚོའི་རྩལ་རྒྱལ་དོལ་བ་མ་
 ཟད། ལོ་རྒྱུས་ཐོག་གི་གཏེར་སྟོན་པལ་ཆེར་རྩལ་མ་ཡིན་པའི་བདེན་དཔང་དོར་
 ལྟ་བུ་ཆགས་ཡོད། ངས་འདིར་གསལ་བཤད་དགོས་པ་ཞིག་ལ། དགོངས་གཏེར་
 ཟེར་བ་དེ་ལ་ངས་དགག་པ་མེད། ཀང་ཡིན་ཞེ་ན། དགོངས་གཏེར་ནི་རང་གི་
 བསམ་པའི་དོན་དེ་ཡིག་ཐོག་ཏུ་བྲིས་པ་ཞིག་ཡིན་སྤྲབས། དོན་དངོས་ཁོ་རང་
 ཚོས་སྤྱོད་སྤྱོང་བྱས་པའི་ཆེད་ལས་ཀྱི་གྲུབ་འབྲས་གང་ཐོབ་སྟོ་ལུལ་ཏུ་ཡོད་པ་དེ་
 ཡིག་ཏུ་བྲིས་པ་ཞིག་ཡིན་སྤྲབས་དེ་དགག་པ་མེད།

གནམ་བོའི་གཏེར་སྟོན་རྣམས་ཀྱི་མཛད་པ་འདི་ལ་ང་ཚོ་སྤྱི་ཚོགས་ཞིབ་འཇུག་
 པ་རྣམས་ལྟ་ཅི་སྟོས། དགོས་སྤྱོད་རྣམ་དག་ཡིན་པའི་མཁན་པོ་རྟོག་གི་པ་འགའ་
 ཞིག་གིས་གསུངས་པར། ང་ཚོའི་བོད་ཀྱི་ས་འོག་ཏུ་རང་བྱུང་གི་གཏེར་ཁ་གསེར་
 དང་། དབུལ་དང་། ཟངས་དང་། ལྷགས་དང་། བཤའ་དང་། ཏི་ཆ་ལ་སོགས་པ་
 རིན་པོ་ཆེའི་རིགས་ཀྱི་གཏེར་ཀ་སྤྱི་ཚོགས་དང་། དེ་བཞིན་ཏུ་འཚོ་བའི་ཡོ་བྱད་རྩི་
 སོལ་དང་། ས་སྤུམ་སོགས་མང་པོ་ཡོད་པ་དེ་དག་ནི་བོད་ཀྱི་གཏེར་སྟོན་རྣམ་
 པས་གཅིག་ཀྱང་མ་མཐོང་པར། མིས་བཟོས་ལྟ་སྟེད་དང་། ཐོག་ལྷགས། སྤར་པ་
 དང་། དཔེ་ཆ་ལ་སོགས་པ་འགའ་ཞིག་མཐོང་ཞིང་གཏེར་ནས་བཏོན་པ་ནི་ལ་
 མཚན། ཞེས་གསུངས་པ་ནི་བདེན་ཤིན་ཏུ་བདེན།

གཞིས། རྒྱང་བསྐྱར་ཟེར་བའི་མགོ་གཡོག་ཐབས།

བོད་འདིར་པར་བཀའ་ཐང་གཙོ་བོ་བྱས་པའི་གྲུ་རུ་རིན་པོ་ཆེའི་ལུང་བསྟན་

ཡིན་ཟེར་བའི་དཔེ་ཆ་མང་པོ་ཞིག་ལྟར་ཡོད། དེ་བཞིན་དུ་གནམ་ཡིག་དང་།
གཏེར་སྟོན་ག་གེ་མོ་ཞིག་གི་ལྟར་བསྟན་ཟེར་བ་ཏུ་ཅང་མང་པོ་ཞིག་ཡོད་པ་
དེ་དག་ལ་ཞིབ་དུ་བསྟན་ན། འོན་ཀྱང་གང་ཞིག་འབྱུང་བཞིན་པ་དེ་དང་དེའི་
གོང་གི་གནས་ཚུལ་མ་གཏོགས་ཉིན་དེའི་རྗེས་ཀྱི་མ་འོངས་པའི་ལྟར་བསྟན་
ཞིག་མཐོང་མི་སྲིད་པ་རེད། དཔེར་ན། བརྒྱ་བཀའ་ཐང་གི་ནང་དུ་གཏེར་
སྟོན་བཅུ་ལྷག་མང་པོ་ཞིག་ལྟར་བསྟན་ཡོད་པ་རེད། དེ་ལས་མཐའ་མ་དེ།
སྤར་སྟོའི་ཐང་ལ་དབྱུས་པའི་ཚྭ་གས་འདུ་བྱེད་ཅེས་པོ་རི་རྒྱུད་མེ་ཡར་རྒྱུང་
ཞེས་འབྱུང་ཅེས་ཁ་རག་ལྷག་དུ་སྟོན་པའི་གཏེར་ཀ་འདི་ཅེས་པ་ཞིག་འདོན་པའི་
རྟགས་དེར་བསྟན་ནས་བྱུང་ཅེས་ལྟ་རྒྱུན་བདེ་ཆེན་སྒྲིབ་པ་ཞེས་བྱ་འབྱུང་ཅེས་
ལྟ་རྒྱུན་བདེ་ཆེན་སྒྲིབ་པའི་རྗེས་ཀྱི་གཏེར་སྟོན་རྣམས་གྲུ་རིན་པོ་ཆེས་ལྟར་
བསྟན་ཡོད་མ་རེད། དེ་བཞིན་དུ་གནམ་ཡིག་དང་། གཏེར་ལྟར་གང་ཡིན་
ཀྱང་སྐབས་དེ་ཡན་གྱི་གནས་ཚུལ་མ་གཏོགས་ལྟར་བསྟན་མེད་པ་འདི་ཡིས་
ལྟར་བསྟན་ཟེར་བ་དེ་སྐབས་ཐོབ་ཀྱི་དགོས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་བཅོས་ཡོད་པ་
ཤིས་སྟེ། མདོར་བསྟུན་ན། ལྟར་བསྟན་ཚུལ་པ་པོ་ཁོ་རང་དགའ་སའི་མི་ཞིག་
ཡོད་ན་དེ་གྲུ་རུའི་སྒྲུལ་པ་དང་། ཁོ་རང་མི་འདོད་སྟོགས་ཀྱི་མི་དེ་བདུད་ཀྱི་
སྒྲུལ་པ་བྱས་ཡོད་པ་ཤིས་སྟེ། དཔེར་ན། ལོ་བཅུ་ཙམ་གྱི་སྟོན་ལ་ལྟར་
བསྟན་སྟོགས་བསྐྱེགས་ཟེར་བའི་དེབ་གཅིག་པར་འདུག་པ་དེའི་ནང་དུ་དོ་རྩེ་
བཀྲ་ཤིས་བདུད་ཀྱི་སྒྲུལ་པ་ཡིན་པ་གྲུ་རུས་ལྟར་བསྟན་ཡོད་འདུག །
སྐབས་དེ་ངས་དཔེ་ཆ་དེ་ཉར་ཚྭ་གས་མ་བྱས། པར་སྒྱུན་སྒྱུན་བདག་ཡ་ཆེན་
ཚང་གིས་བྱས་འདུག་པས་ཕལ་ཆེར་ཁོ་རང་ཚོས་པར་བསྟུས་ནས་མེད་པ་བྱས་
ཡོད་དམ་སྟེ། ད་ལྟ་མཐོང་དགོན་པ་ཞིག་ཆགས་ཡོད་འདུག་ཀྱང་དཔེ་
མཛོད་ལ་སོགས་པའི་ནང་དུ་ཉར་ཚྭ་གས་བྱས་པ་མཐོང་རྒྱུ་ཡོད་སྲིད་པ་ཞིག་
རེད། མདོར་བསྟུན་ན། སྤར་ལྟར་བསྟན་ཟེར་བ་དེ་ཚུལ་པ་པོ་རང་དང་
འགལ་བ་ཡོད་པའི་མི་དེ་རིགས་བདུད་ཀྱི་སྒྲུལ་པ་ཡིན་པ་གྲུ་རུས་ལྟར་བསྟན་
ཡོད་པ་དང་། ཁོ་རང་དང་ཁོ་རང་གི་སྟོགས་པོ་དེ་དག་གྲུ་རུའི་སྒྲུལ་པ་ཡིན་

པའི་དཔང་རྟགས་རྩལ་མ་བཟོས་པ་ཞིག་ཡིན་པ་གདོན་མི་བ།

གཞུང་། འདས་ལོག་ཟེར་བའི་མགོ་གཡོག་ཟབས།

པོད་ཡུལ་འདྲིར་འདས་ལོག་ཟེར་བ་ཞིག་མི་འཆི་ཟིན་པ་དང་ཉིན་ཤས་
 ཞིག་བར་དུལ་བའི་ནང་དུ་འགོ་ནས་བསྐྱོར་བ་ཞིག་བྱེད་ཅིང་སྒྲར་ཡང་ཡར་
 དབུགས་སོས་པ་དང་། ཁོ་རང་དུལ་བའི་གནས་སུ་སོང་ཞིང་ལས་སྒྲུང་གི་
 རྒྱལ་བསྐལ་ཚུང་བཞིན་པའི་སེམས་ཅན་རྣམས་མཐོང་བ་དང་། དུལ་བའི་
 ལས་མཁན་རྣམས་དང་བགོ་སྒྲིང་བྱས་པ། གཤིན་རྗེ་ཆོས་རྒྱལ་གྱི་མདུན་ནས་
 འདྲིག་རྟེན་ཁམས་ལ་ཆ་འཕྲིན་མང་པོ་བྱིར་ཞིང་། དུས་མཚུངས་སུ་ཡུལ་དེའི་
 ཤི་པོ་རྣམས་ཀྱིས་བྱིས་བདག་རྣམས་ལ་ཆ་རག་བསྐྱར་བ་རྣམས་བྱིར་ཞིང་དེ་
 དག་འདྲིག་རྟེན་ཁམས་སུ་གསལ་བསྐྱགས་བྱས་པའི་སྐོར་གྱི་ལྷ་སྐྱུང་ཞིག་རེད།
 ངས་གཞོན་ཅུའི་སྐབས་སུ་འདས་ལོག་སྒྲིང་བཟའ་ཆོས་སྒྲིང་དང་། རྟག་ལྷ་
 དཀོན་མཆོག་རྒྱ་མཚོ། ཤར་དབུགས་པོ་བཀྲ་ཤིས་རྣམ་རྒྱལ་གསུམ་གྱི་འདས་ལོག་
 གི་སྐྱུང་ཡིག་བལྟ་སྟོག་བྱེད་ཚུང་། དཔེ་ཆ་དེ་དག་བལྟ་སྟོག་བྱས་ཟིན་པ་དང་།
 དུལ་བ་ལ་ཞེད་སྐྱོང་དང་། ལྷ་དཀོན་མཆོག་ལ་ཡིད་ཆེས། ཆོས་ལ་དད་པ་
 ཆེ་རུ་འགོ་བའི་རྒྱ་རྒྱུན་ཆེན་པོ་བྱུང་། དུས་སྒྲིང་བར་དུ་དེ་དག་ལ་ཡིད་ཆེས་
 བས་དཔེ་ཆ་དེ་དག་གི་ནང་དོན་ལ་བརྟེན་ནས་སྟོགས་པོ་རྣམས་ལ་ཆོས་ཀྱི་
 རྒྱལ་མ་ཡང་བྱེད་ཚུང་།

དེང་དུས་ཁམས་སྟོགས་གཙོ་བོར་བྱས་པའི་བྱད་མེད་རིགས་བཞི་སྟེ། བཟའ་
 འཁོར་བའི་བྱད་མེད། ཁྱོ་ཀ་འདས་པའི་ཡུགས་ས། གནས་ལས་ཁྲོས་པའི་
 མནལ་མ། ཟ་དགའ་ཉལ་འདོད་ཅན་གྱི་བྱད་མེད་བཅས་བྱད་མེད་རིགས་
 བཞི་དེ་ལ་ཆེན་སྐར་ལ་འགོ་ནས་རྩོམ་བྱེད། ཟ་ཉལ་རྒྱ་གསུམ་གྱིས་ཉི་མ་སྒྲེལ་
 བས་མཐར་སྐྱུངས་འབྲས་གང་ཡང་མེད་སྐབས། འདས་ལོག་འབྲུབ་རྒྱུའི་ལམ་
 ལ་ཞུགས་པ་དང་། སྤྱི་མའི་དབང་ཆ་རྩོམ་པའི་འདོམས་ལ་ཤོར་སྐབས་རྩོམ་ཆོ་
 རང་རང་གང་འདོད་ཀྱི་མཁའ་འགོ་དང་། འདས་ལོག་སྟོགས་རོས་འདྲིན་མི་
 བྱེད་ཀ་མེད་བྱུང་བ་རེད། ཁོ་ཆོས་ཆོས་ཀྱི་རིག་གཞུང་ལ་སྟོབ་གཉེར་མ་ཅུས་

པས་གནས་སྐབས་མི་དམངས་ལ་སྒྲག་སྤང་སྒྲུལ་ཐབས་གྱི་འདས་ལོག་གི་དཔེ་
 ཆ་དེ་ལ་བལྟ་སྟོག་བྱས་ཤིང་། ཁོ་རང་ཆོ་ཡང་སྤབས་བདེའི་སྒོ་ནས་སྟན་
 གཤམ་འགྲོ་བའི་ལམ་འདི་བདམས་ཀ་བྱས་པ་ཤེས་སྟེ། ད་ལྟའི་གནས་ཚུལ་ལ་
 བརྟེན་ནས་ལོ་རྒྱུས་ཐོག་གི་འདས་ལོག་ཅེས་པ་བོད་རིགས་ཚོངས་པ་མགོ་
 བསྐྱར་གཏོང་ཐབས་ཤིག་ཡིན་པ་གསལ་པོར་ཤེས། ཨྱི་བཏང་མི་ཤི་ནས་ཞག་
 པོ་བདུན་ལྷག་གཅིག་གི་རྗེས་སུ་ཡར་སོས་རྒྱ་མེད་པ་ནི་ཆོན་རིག་གི་རྒྱན་ཤེས་
 ཞིག་རེད། གལ་སྲིད་སོས་པའི་དབང་རྒྱ་གཏོང་ན་ཡང་རོ་ཉལ་སའི་ནང་རྒྱ་
 འགྲེལ་ཞིང་ཞག་བདུན་འདས་པའི་རྗེས་སུ་རིག་པ་དེ། སྤར་ལྟར་གསལ་ཞིང་
 དྲངས་པ་ཞིག་ཡོད་མི་སྲིད་པ་ཞིག་རེད། གཞན་ཡང་བོད་ཀྱི་ཡུལ་རྒྱ་སྟོལ་ངན་
 ཞིག་ཡོད་པ་ནི་མི་ཤི་བའི་རྗེས་སུ་རྒྱ་ཆོད་གཅིག་ཅམ་ལས་མི་འགོར་བ་སྟེ་
 ཐག་པས་བསྐྱམ་སྟོལ་ཡོད་པས། འདས་ལོག་དེ་ཤི་བའི་རྗེས་སུ་སྟེ་མི་བསྐྱམ་
 པའི་རྒྱ་མཚན་གང་ཡིན། དེར་རྒྱས་གྱི་འབྲེལ་སྟོན་ལ་བརྟེན་ནས་གནའ་བོའི་
 ཆོས་ལུགས་པའི་གཡོ་སྒྲུ་ཐམས་ཅད་གསལ་པོར་བྱང་སོང་།

བཞེ། མཛོན་ཤེས་ཟེར་བའི་མགོ་གཡོག་ཐབས།

ཆོས་ལུགས་ཀྱི་རིག་གཞུང་ལྟར་ན་གང་ཟག་གང་ཞིག་སྟོན་པ་སངས་རྒྱས་
 བཅོམ་ལྷན་འདས་ཀྱིས་བསྟན་པའི་ལམ་དེར་ལྷགས། བཅས་པའི་ཁྲིམས་དེ་
 བསྟུང་། བསྟུང་པའི་རིམ་པ་དེ་དག་ལ་ཆད་ལྷན་ཚུལ་མཐུན་གྱིས་ཉམས་སུ་
 སྒྲངས་ན་ས་ལམ་གྱི་འབྲས་བུ་ཞིག་ཐོབ་རྒྱུ་ཡོད་པ་དང་། དེ་ཐོབ་པའི་ཆད་
 དང་། ལམ་གྱི་རྟགས་རྣམས་གསལ་པོར་གསུངས་ཡོད་པ་རེད། ལམ་དེར་
 ཚུལ་བཞིན་ལྷགས་པའི་གང་ཟག་གང་ཞིག །ནམ་ཞིག་རང་རྒྱུད་ཀྱི་ཉོན་
 མོངས་དག་པའི་སྟོབས་ཀྱིས་ས་ལམ་གྱི་རིམ་པ་བཞིན་རྒྱ་ཤེས་རབ་བསྐྱེད་དེ།
 ཉམས་རྟོག་རྒྱས་པའི་རྟགས་མཚན་རྒྱུང་ཟད་རེ་ཡོད་པར་བཤད། དེ་ནས་ལམ་
 ལྷ་དང་། ས་བཅུའི་རིམ་པ་ལྟར་མཐོང་བ་དང་མདོན་ཤེས་ཀྱི་ཆད་མི་འདྲ་བ་
 གང་ཡོད་ཞིབ་པ་ཤེར་སྟོན་ལ་སོགས་གཞུང་དག་ལ་བལྟས་པས་ཤེས། མདོར་
 བསྟུས་ན། ལམ་ལྷ་དང་། ས་བཅུའི་རྣམ་བཞག་རག་རིམ་ཅམ་ཤེས་པ་བྱས་ན་

གང་ཟག་དེའི་རྒྱད་ལ་མངོན་ཤེས་ཡོད་མེད་ཤེས་སྟེ། ཚོགས་ལམ་རྒྱུད་འབྱིང་
ཆེ་གསུམ། སྤྱིར་ལམ་ལ་དྲོད་དང་། ཚེ་མོ། བཟོད་པ། ཚོས་མཚོག་བཞི་ལས་
བཀལ་ནས་མཐོང་ལམ་ལ་སླེབས་ཤིང་། དེར་ས་དང་པོ་ཐོབ་ཅིང་མཐོང་ལམ་
ཚོས་ཉིད་ཀྱི་བདེན་པ་ཐོབ་པས་མངོན་ཤེས་གང་འཆམས་ཤིག་ཡོད་པ་མདོ་
རྒྱུད་ཀྱང་ལས་གསུངས། ད་ལྟའི་མངོན་ཤེས་འཆད་མཁན་གྱི་སྒྲ་མ་རྩམ་པ་
འདི་དག་ནི། ཚོགས་ལམ་རྒྱུད་དུའི་ལམ་སྟེ་ཅམ་ཡང་མ་བྱིན་པ་ཞིག་ལ་མངོན་
ཤེས་ཡོད་མི་སྤྱིད་པ་རེད། གལ་སྤྱིད་དེ་དག་ལ་མངོན་ཤེས་ཤིག་ཡོད་ན་བྱ་
པག་སྒྱུལ་གསུམ་ལའང་མངོན་ཤེས་ཡོད་ངེས་རེད།

སྒྲ་མས་མངོན་ཤེས་བཤད་དུས་མི་མང་པོ་ཞིག་དེ་ལ་ཡིད་ཆེས་བྱེད་ཅིང་
ཡོད་པ་རེད། དོན་དངོས་ལ་བསམ་སྟོ་ཞིག་ཐོངས་དང་། སྒྲ་མ་མངོན་ཤེས་
མཁན་དེ་ཚོས་ཤིན་ཏུ་སྟོག་ཕྱུར་གྱི་གནས་སྟེ་བ་བྱི་མར་གར་སྟེས་དང་། གར་
འགྲོ་ཆང་མ་དེ་ཐོགས་པ་མེད་པར་བཤད་སྟབ་ཅིང་ཡོད་རེད། མངོན་སུམ་
གྱི་ཡུལ་དུ་ཕྱུར་པའི་རང་ཉིད་ལ་ནད་ཅིག་བྱུང་ན་སྟོན་གང་ཟ་དགོས་མཆིན་
ཞིང་ཡོད་མ་རེད། དེ་བཞིན་རྒྱུད་ཟད་སྟོག་ཕྱུར་ཏི་དཔེར་ན། ལྷ་ཐང་ཐོག་
དུ་ཁབ་གཅིག་ཟག་ན་ཁབ་དེ་ལྷ་གསེབ་གང་དུ་ཡོད་མི་མཆིན་པ་དང་། སྤྱིར་
ཁྱེད་ནང་དུ་སོང་ན་ཤར་སྟོ་རྩལ་བྱང་སྟོགས་གང་ལ་འགྲོ་དགོས་མཆིན་མི་
སྟབ་པ་རེད། དེས་ན་སྒྲ་མའི་མངོན་ཤེས་ཟེར་བ་དེ་དད་ལྡན་གྱི་མི་སེར་
རྣམས་མགོ་བསྐྱོར་བྱེད་ཐབས་ཀྱི་ཚོས་ལུགས་ཀྱི་གཡོ་སྒྱུ་ཞིག་ཡིན་པ་གསལ་
པོ་རེད། སྒྲ་མ་བཟང་པོ་དེ་དག་ལ་མངོན་ཤེས་ཡོད་མ་རེད། མངོན་ཤེས་
ཡོད་མཁན་དེ་ཁྲམ་པ་དང་། རྩམ་པའི་རིགས་དེ་དག་རེད། དཔེར་ན། ཡ་
ཆེན་གྱི་སྒྲ་མ་ཨ་རྒྱུད་ཟེར་བ་དེས་མངོན་ཤེས་མང་པོ་བཤད། མི་ཤི་ཆད་ལ་སྟེ་
རྟགས་གསུངས་ཤིང་གང་ཞིག་བདེ་བ་ཅན་ལ་སྟེས་ཡོད་པ་དང་། གང་ཞིག་
དམྱལ་བ་ལ་སྟེས་ཡོད་པ། སུ་ཞིག་བྱི་ལུས་སྤངས་ཡོད་པ་དང་། གང་ཞིག་
རྟའི་ལུས་སྤངས་ཡོད་པ་སོགས་མངོན་ཤེས་བཤད་མང་དུ་གནས་སྟངས་ཆ་འདྲི་
མཁན་བྱ་སྟུན་གཉིས་ཁྱིམ་ཆང་གཅིག་གི་མི་ཡིན་པ་མ་ཤེས་ནས་གཅིག་ལ་

ཁྱོད་རང་གི་ཕ་དེ་རྟའི་ལུས་སྐྱེས་པ་དང་། གཞན་ཞིག་ལ་ཁྱོད་རང་གི་ཕ་དེ་
ཁྱིའི་ལུས་སྐྱངས་ཡོད་པ་བཤད་པས་རྩན་རྩན་དོལ་བ་རེད་ཅེས་ལུལ་གང་
དང་། མི་གང་གསལ་པོ་བྱ་སྟོན་དུ་ཡོད་འདུག །

ཟུ། གྲུབ་སྟོན་འཕྱར་བེར་མགོ་གཡོག་ཐབས།

གསང་སྟགས་ཀྱི་རྒྱུད་སྟེ་དག་ལས་གསུངས་པ་ལྟར་ན། གཞི་ཚུལ་ཁྲིམས་
ནམ་པ་དག་པ་འདུལ་བའི་བསྐྱབ་ཁྲིམས་མ་ཉམས་པ། ལམ་སྟོན་བསམ་སྟོན་
གསུམ་ཆང་ལ་མ་ཞོར་བ་ཉམས་སུ་སྐྱངས་ཤིང་ཁི་ལྷག་གཉིས་ལ་བརྟན་པ་
སྟོན་པའི་གང་ཟག་གང་ཞིག་གིས་ཙ་ཐིག་རྒྱུད་གསུམ་གནད་དུ་བརྩམས་ནས་
ལུས་སྐྱོང་དང་། རྒྱུད་སྐྱོང་བྱས་ན་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་གྲུབ་ཉགས་ཀྱི་ཚལ་
ཞིག་སྟོན་པ་གསུངས་ཡོད་པ་འདི་དག་དེར་དུས་རྒྱལ་སྤྱི་ལུས་ཚལ་པའི་མི་སྣ་
འདི་དག་གི་ལུས་ལས་མཐོང་ཐུབ། འོན་ཀྱང་གྲུབ་པ་སྟོན་པའི་མི་ནམས་ནམ་
མཁའ་ལ་འཕྱར་འགྲོ་བཞིན་ཡོད་ཟེར་བ་ནི། མི་ནམས་དད་པ་ལ་ཚོངས་སུ་
འདུག་པའི་ཆོས་ལུགས་ཀྱི་རུས་པ་དྲིལ་བསྐྱགས་ཀྱི་ལས་ཀ་ཞིག་རེད། བྱ་བ་
འདི་སྟོན་མར་རྟིང་མ་བ་ནམས་ཀྱིས་གྲུ་པ་རྒྱ་འཕྱར་གནས་མང་ལུལ་གྱང་
ཐང་ལ་ཁ་ནས་སྟོ་རུབ་སྟོན་པའི་ལུལ་དུ་འཕྱར་སོང་ཟེར་བ་དེ་རེད། རྒྱའི་
གཏམ་དཔེ་ལ། རྩན་ལན་བརྒྱར་བཤད་ན་བདེན་པར་འགྱུར་བེར་བ་ལྟར།
པོད་འདིར་རྒྱ་མེར་གཉིས་ཀའི་ནང་དུ་དད་ལྡན་རྩན་པོ་མང་བའི་སྟབས་ཀྱིས་
ཕལ་ཆེ་བས་དོན་དེར་ཡིད་ཆེས་གྱུར། དེ་རྗེས་བཀའ་བརྒྱུད་པའི་སླ་མ་འགའ་
ཡིས་དེའི་ལད་རྒྱོས་ཀྱིས་མི་ལ་རས་པ་རི་ཕན་ཚུན་བར་ལ་འཕྱར་ཐུབ་པ་བྱུང་
བའི་རྒྱུད་ཞིག་བཙམས་པ་དེའང་ལོ་རྒྱུས་སྟོན་གི་བརྗོད་བྱ་ཞིག་དུ་གྱུར། དེ་
དག་ལ་བརྟེན་ནས་དུས་སྟོན་ཀྱི་བཤད་སྟོལ་ནང་དུ་ཁམས་ཀ་སྟོན་དགོན་དུ་
རྗོགས་ཆེན་ཉམས་ལེན་པ་འདུམ་སྟག་ཙམ་འཕྱར་མཁན་ཡོད་པ་དང་། ཨ་
མདོའི་སྟགས་སུའང་དགོན་པ་འགའ་ཞིག་ན་སླ་མ་འཕྱར་ཐུབ་པ་བྱུང་བའི་
རྒྱུད་བཤད་སྟོལ་བྱུང་བ་དང་། དམངས་གཙོ་བོའི་བརྒྱར་སྟབས་སུ་ཨ་མདོའི་
ལུལ་དུ་སླ་མ་ཆེ་དབང་རིག་འཛིན་ཟེར་བ་ཞིག་འཕྱར་སོང་བའི་རྒྱུད་ཞིག་

བཅུམས་ཡོད་པ་དེ་དག་ལ་ཚོངས་པ་ཕལ་གྱིས་བདེན་པར་འཛིན་པ་དང་།
 བླ་མ་ཁག་གཅིག་གིས་མི་སེར་ཚོངས་དད་ཀྱི་ལམ་རྒྱ་བཅུག་པའི་ཐབས་ཤེས་
 སྤྱད་པ་འདི་དག་ཞིབ་རྒྱ་བསམ་ན། ཚོས་ལ་བརྟེན་ནས་ཚོས་མིན་གྱི་ལས་
 ཚབས་ཆེན་ཞིག་བསགས་ཡོད་པ་ནི་ཡིད་སྤྱོད་བའི་གནས་སུ་མཐོང་།

རྒྱག །རྒྱགས་དམ་ཟེར་བའི་མགོ་གཡོག་ཐབས།

བླ་མ་ཞིག་སྤྱི་གཤེགས་ཚར་རྒྱས་སྤྱད་དེ་ཅོག་ཕྱར་འཛིན་ཅིང་དེ་ལ་
 ཚོས་གོས་གསོལ་ཞིང་སྤེལ་བངས་ནམས་ལ་བླ་མ་སྤྱགས་དམ་ལ་བཞུགས་ཡོད་
 པས་མངལ་ཁ་གནང་ཞིང་ཡིན་ཟེར་ནས་མི་རོ་ལ་ལྟ་མོ་བཟླ་སར་འབོད་
 པའི་སྤྱོལ་འདི་ནི། ཚོས་ལྷགས་པའི་རོ་མཚར་བའི་སྤྱང་ཚུལ་གྱི་ཤྱགས་སྤྱོད་རྒྱ་
 བསྐྱེད་པའི་གཡོ་སྤྱོད་ཞིག་ཡིན་པ་བཤད་མ་དགོས་པ་ཞིག་རེད། རོན་རྒྱ་ཚོས་
 ལྷགས་ཀྱི་ལ་བསྐྱགས་བྱ་བའི་ཆེད་རྒྱ་བླ་མའི་རོ་ཡིས་ཆེད་ཆས་བྱེད་པ་འདི་ནི་
 འཛིན་ཉེན་མི་ལྷགས་ལས་བརྒལ་བའི་སྤྱོད་ངན་ཞིག་རེད། བླ་མ་སྤྱི་གཤེགས་
 པའི་རྒྱས་སྤྱད་ཅོག་ཕྱར་བཞུགས་པ་ལ་རོ་མཚར་འཛིན་པའི་ལྷགས་སྤྱོལ་
 འདི་ག་རྒྱས་སྤྱད་ཡོད་མ་ངེས་ཀྱང་། ཕལ་ཆེར་གནང་བའི་བཀའ་གདམས་
 པའི་དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་ནམས་དབེན་པའི་རི་ལ་གཅིག་ཕྱར་བཞུགས་པ་
 དེ་དག་སྤྱི་གཤེགས་པའི་སྐབས་སུ་འགའ་ཞིག་ཉལ་གདན་ཐོག་རྒྱ་ཅོག་ཕྱར་
 བཞུགས་ནས་གཤེགས་ཡོད་པ་དེ་ལ་རོ་མཚར་འཛིན་པའི་སྤྱོལ་བྱེད་བ་མིན་
 བམ་སྟུམ། འོན་ཀྱང་རྒྱ་སྤྱོད་སྤྱོད་ཚོགས་ཀྱི་དབང་གིས་མི་ཤི་རྒྱས་ཉལ་སའི་ནང་
 རྒྱ་ཅོག་ཕྱར་གི་མཁན་ཡོད་སྤྱིད་ཀྱང་དེ་ལ་བཟང་ཉགས་དང་། ངན་ཉགས་
 གང་ཡིན་རང་རང་གིས་འདོད་པ་ལྟར་བཤད་པ་ཞིག་ལས་མ་འདས་པ་རེད།
 དཔེར་ན། ངའི་ཕ་ཡུལ་དཔལ་སྤངས་ཡུལ་རྒྱ་འཁྱི་བ་གསོད་མཁན་འཁྱི་མཁན་
 ཀར་དཔལ་མ་ཟེར་བ་ཞིག་ཡོད་རེད། རྗེས་སུ་ཁོ་ཤི་རྒྱས་ཉལ་སའི་ནང་ཅོག་
 ཕྱར་གི་འདུག་ཟེར་བ་ནི་དེང་རྒྱས་དཔལ་སྤངས་ཡུལ་སྤེལ་ཡོངས་གྲགས་
 རེད། བླ་མ་འདས་རྒྱས་ཉལ་སའི་ནང་རྒྱ་ཅོག་ཕྱར་སྤྱི་གཤེགས་ཡོད་པ་དེ་རོ་
 མཚར་པའི་ཉགས་ཡིན་པ་དང་། འཁྱི་མཁན་ཀར་དཔལ་མ་ཤི་རྒྱས་ཅོག་ཕྱར་

བསྐྱད་ནས་ཤི་བ་དེ་ངོ་མཚར་མིན་པའི་རྒྱ་མཚན་གང་ཡིན། དེས་ན་སྤང་མ་
འདས་གྲོངས་ཕྱིན་པ་དེ་དག་གི་རོ་ལ་ཚོས་གོས་གཡོག་ཅིང་མཚན་འབྱུང་བྱེད་
པ་ནི་མི་མེར་མགོ་གཡོག་གི་ལས་ཀ་ཞིག་ཡིན་པ་སྒྲོས་མ་དགོས་པ་རེད།

བརྟན། འཇའ་ལྷས་ཟེར་བའི་མགོ་གཡོག་ཐབས།

འཇའ་ལྷས་ཟེར་བའི་ཐ་སྟད་འདི་གསང་སྟགས་རྒྱུད་སྟེའི་གཞུང་དུ་ཡོད་
པ་ཞིག་རེད། གསང་སྟགས་གཞུང་གི་དགོངས་དོན་ལྟར་ན། མདོ་སྟགས་
གཉིས་ཀྱི་གཞུང་གི་བསྐྱབ་རིམ་ཡོངས་རྫོགས་ཚང་ལ་མ་ཁོར་བ་ཉམས་སྲ་
སྤངས་པའི་མཐར་གསང་སྟགས་སྤང་མེད་ལྷགས་ཀྱི་ཉམས་ལེན་གྱི་མཐར་སྟག་
གི་འབྲས་བུ་མཐོ་ཤོས་དེ་རེད།

རང་རེའི་ལྷས་ལ་རང་ཆས་སྲ་གནས་པའི་འབྱུང་བ་བཞིའི་བདག་ཉིད་ཅན་གྱི་
ཅ་རྒྱུད་ཐིག་ལེ་གསུམ་པོའི་གནས་ལྷགས་ཤེས་པར་བྱེད་ཅིང་། སྒྱུར་བ་བཞི་ལྟན་
ཀྱི་སྒྲོ་ནས་རྒྱུད་སྒྱུར་ཞིང་། དབབ་ལྷོག་དགུམ་གསུམ་གྱི་སྒྲོ་ནས་ཐིག་ལེ་སྒྱུར་པར་
བྱས་ན་འབྱུང་བ་བཞིའི་དྲངས་བའི་ཆའི་རྒྱས་པ་རྣམས་འཕེལ་ཞིང་ལྷས་ཀྱི་ཀས་
ཁ་སྲ་བ་དང་། བྱད་རིགས་འགོག་པ། ཆོ་རིང་བ། ཤེས་རིག་གསལ་བ། ཟུངས་
སྟོབས་རྒྱས་པ་ལ་སོགས་པའི་ཡོན་ཏན་མང་པོ་ཞིག་ཐོབ་སྟབ་ཅིང་ཡོད་པ་རེད།
རྒྱལ་ཆབ་དཔལ་འབྱོར་དོན་གྲུབ་ཀྱིས་མཛད་པའི་ཆོས་དྲུག་རྣམ་བཤད་གསལ་
བའི་སྒྲོན་མེ་ལས། དེ་ལྟར་ཐ་མལ་པའི་ལྷས་ལ་རང་བཞིན་དུ་གནས་པ་ན་ཁམས་
དྲངས་ཤིང་བྱད་མེད་པར་བྱེད་པའི་རྒྱས་པ་དང་ལྟན་ལ། རྒྱལ་འབྱོར་པ་རྣམས་
ཀྱིས་དབབ་ལྷོག་དགུམ་གསུམ་སོགས་ཀྱིས་སྒྱུར་པར་བྱས་ན་ལྷས་སྟོབས་དང་
བཀྲག་མདངས་རྒྱས། སྒོ་གསལ་ཞིང་རྟོག་པ་འཕེལ། ཆོ་རིང་ཞིང་མཁའ་འགོ་
འདུ་བ་དང་། མཐར་སྟག་གྲུབ་པའི་དདུལ་རྒྱས་ལྷགས་གསེར་དུ་བསྐྱར་བ་བཞིན་
དུ། ཅ་ཐིག་རྒྱུད་གསུམ་གྱི་དྲངས་མ་འཕེལ་བས་སྟིགས་མ་རྣམས་རིམ་བཞིན་ཐོས་
ནས་ལྷས་འཇའ་ལྷས་སྤང་སྟོང་དབྱེར་མེད་ཡོངས་སྒྱུད་རྫོགས་པའི་སྒྱུ་དང་།
སེམས་འོད་གསལ་བདེ་སྟོང་དབྱེར་མེད་ཆོས་སྐུའི་དགོངས་པ་མངོན་དུ་འགྱུར་
བར་བྱེད་དོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །

གསང་སྤྱགས་ཀྱི་རིག་པའི་གཞུང་ལྟར་ན་འཇའ་ལུས་ཟེར་བ་དེ་ལུས་ཁམས་
 ཀྱི་འབྱུང་བའི་དྲངས་མ་འཕེལ་ཞིང་། སྤྱིགས་མ་ཚ་བ་ནས་དག་ཟིན་པའི་ལུས་
 ཞིག་ལ་ཟེར། རྣལ་འབྱོར་པ་གང་ཞིག་གི་ལུས་དེ་གསལ་སྤྱིབ་མེད་པ་ཤེལ་ལྟ་
 ལུ། གང་ལའང་ཐོགས་པ་མེད་པ་ཟེར་ཐལ་དུ་རྒྱ་ལུས་པ་ཅན་ཞིག་ལ་འཇའ་
 ལུས་དང་། སེམས་ཚས་སྤྱུ་པ་ཟེར། དེ་ཉིད་སྤྱི་གཤེགས་པའི་ཚོ་སྤྱི་དང་སེན་
 མོ་མ་གཏོགས་འབྱུང་བའི་སྤྱིགས་མའི་རུལ་ཕྱན་གྱི་ཕུང་པོ་ཞིག་ཤུལ་དུ་ལུས་
 རྒྱ་མེད་པ་ཞིག་ཡིན་པར་བཤད། རྣལ་འབྱོར་པ་གསོན་པའི་སྤྱི་ལ་འཇའ་
 ལུས་འབྱུབ་མེད་ན་ཤི་མ་ཐག་པའི་རོ་ལ་འཇའ་ལུས་ངེ་ལྟར་འབྱུབ།

དེར་དུས་སྤྱ་ལོག་རྣམས་ཀྱིས་ཐོད་མི་རིགས་མགོ་བསྐྱོར་གཏོང་བའི་ཆེད་
 དུ་རང་གི་སྤྱ་མ་སྤྱི་གཤེགས་ཤིང་སྤྱི་དབུགས་ཆད་ཅམ་ནས་སྤྱི་གཞར་ཞིང་།
 སེན་མོ་བཀོག་སྤྱི་ཉལ་སའི་ནང་དུ་བཞག་ཅིང་། སྤྱ་མའི་སྤྱི་གཏུང་ནམ་ཡང་
 གཞན་གྱིས་མཐོང་ཐོས་མི་སྤྱི་དཔེ་གནས་ཤིག་བཅའ་བས་དེར་སྤྱིས། སྤྱིར་
 ཉིན་གྲོང་སྤྱི་དུ་སྤྱི་མི་རྣམས་ལ་བར་གཏོང་ཞིང་མདངས་དགོང་ང་ཆོའི་
 སྤྱ་མ་སྤྱི་གཤེགས་ནས་གཟིམ་མལ་དུ་སྤྱི་སེན་མ་གཏོགས་མ་ལུས་པ་འཇའ་
 ལུས་སྤྱི་གཤེགས་ཟིན་ཟེར་ནས་མི་ཆང་མ་ལ་གཟིམ་མལ་སྤྱི་དཔེ་མཇལ་ཁ་
 གཏོང་སྤྱི་མི་མགོ་གཡོག་གི་བྱ་སྤྱི་འདི་ལ་མི་དམངས་པལ་ཆེར་ཆོས་དད་
 ཆེ་བས་དེ་ལ་ཡིད་ཆེས་ཐོབ་པ་ལ་ཡ་མཆོན་རྒྱ་མེད་ཀྱང་། ཁོ་ཆོས་འཇའ་
 ལུས་ཀྱི་གནད་མ་ཤེས་སྤྱི་བས་འཇའ་ལུས་ཟེར་བ་དེ་རྣལ་འབྱོར་པའི་སྤྱི་ལ་
 ཐོབ་པའི་མཆོག་གི་དཔོན་གྱུ་ཅིག་ཡིན་པ་མ་ཤེས་ཤིང་། དབུགས་ཆད་པ་
 དང་ཕུང་པོ་མེད་པ་འགྱུར་བའི་སྤྱི་མ་ལྟ་དུ་ཞིག་ལ་ངོས་འཛིན་ནས་ཏ་ལས་
 ཤིང་ཡོད་པ་རེད། འོན་ཀྱང་གསང་སྤྱགས་ཀྱི་གཞུང་ལུགས་ལ་རྒྱས་མངའ་
 ཡོད་པའི་སྤྱ་མ་རྣམས་ཀྱིས་རྒྱན་རྒྱུ་མི་བརྟོལ་བ་ཁོ་ཆོས་རོ་ཡིས་ཆེད་ཆས་
 བྱས་པ་དེ་ཤེས་བཞིན་དུ་མི་སྤྱི་བའི་བརྒྱལ་ཞུགས་ལ་གནས་པ་དེ་ཡིད་སྤྱི་
 དགོས་པའི་གནས་སྤྱི་དང་ཤིག་རེད།

མདོར་བསྡུས་ན། ཆོས་ཀྱི་རིག་གཞུང་ལྟར་ན་གསང་སྤྱགས་ཉམས་ལེན་པ་

ནམས་ལ་འཇའ་ལུས་འགྲུབ་རུང་གི་རྒྱ་ཡོད་ཀྱང་དེ་འགྲུབ་པའི་མཐུན་ཆེན་
མེད་པ་དཔེར་ན། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་སངས་རྒྱས་རུང་གི་ས་བོན་ཡོད་
ཀྱང་རྒྱས་པའི་གོ་སྐབས་མེད་པ་བཞིན་ནོ། ། རྒྱུ་ཐུབ་པ་སྤྱོད་གཤེགས་པའི་
སྐབས་སུ་འཇའ་ལུས་མ་འགྲུབ་པ་སྤྱོད་གཏུང་དྲིལ་པོ་བཞུགས་ཡོད་པ་རེད།
བོད་ཀྱི་སློམ་མ་དེ་དག་རྒྱུ་ཐུབ་པ་ལས་གསང་སྤྲུགས་ཉམས་ལེན་ཆད་མཐོ་བ་
ཞིག་ཡིན་ནམ། བོད་འདྲིར་སངས་རྒྱས་རྒྱུ་ཐུབ་པ་སྤྱོད་གཤེགས་སྐབས་ཀྱི་ངོ་
མཆར་ལས་བརྒལ་བའི་རྟགས་མཆན་སྤྱོད་གཤེགས་པའི་ཆོ་སྤྱོད་ཅིག་ཤུར་བྱགས་
དམ་མ་བཞུགས་པ་དང་། འགའ་ཞིག་འཇའ་ལུས་གཤེགས་པ་འདི་དག་སྤྱོད་
ཞིག་ཡིད་ཆེས། སངས་རྒྱས་ཆོས་ལ་དད་པ་ཡོད་པའི་མཁས་པ་གང་ཞིག །
བོད་ཡུལ་གྱི་སློམ་མའི་འདས་རྟགས་ཟེར་བའི་སངས་རྒྱས་རྒྱུ་ཐུབ་པའི་འདས་
རྟགས་ལས་བརྒལ་བ་དེ་ལ་ཡིད་ཆེས་མཁན་ཡོད་དམ། དེས་ན་བོད་ཀྱི་སློམ་
ལོག་ཆོའི་རྩལ་གྱི་སྤྱོད་པ་དང་། དྲིལ་བསྐྱགས་འདི་དག་ལ་ཆོས་ལུགས་ཞིབ་
འཇུག་པ་ནམས་ཀྱིས་ལེགས་པར་དཔྱད་ཅིག །



འཇའ་ལུས་མ་འགྲུབ་བྱགས་དམ་མ་བཞུགས་པའི།
རྒྱུ་ཐུབ་པ་འདི་ལྟར་བྱ་ངན་འདས། །
འདི་ལས་སྤྲུག་པའི་འདས་རྟགས་ངོ་མཆར་ཅན། །
བོད་ཀྱི་ཆོས་ལོག་མཁན་ལ་ཡོད་པར་གྲགས། །

ཐོགས་པོ་དབྱངས་དགའ་སྒྲ་གསེགས་པ་ལ་སྒྲ་རན་བྱ་ཆེན

2022.12.18

གསོ་རིག་གཞུང་ལྷགས་ལྟ་ལྟ་དབྱས་སྒྲ་སྒྲངས། །
འབྲམ་རམས་རྒྱལ་མཚན་ཏུ་སྒྱུའི་སྒྲིང་ནས་འབྱར། །
སྒྲན་པའི་གྲགས་པ་ཐོད་ཁམས་ཡོངས་ལ་བྱལ། །
འཁྱིའི་ཁྱུའི་ལྟ་རྒྱུ་གངས་སྒྲོངས་མཁས་པའི་རྒྱན། །

གཡུ་ཐོག་མཁས་པས་རྒྱད་བཞིའི་འཆད་ཉན་སྒྲེལ། །
བྱར་མཁར་བཅུན་པས་མེས་པོའི་དཀོངས་དོན་བཀྲལ། །
འཇམ་སྒྲིང་ཤར་རྒྱབ་རིག་གཞུང་གོ་བཟུར་ནས། །
གནས་ལྷགས་བཅའ་བའི་མཁས་པ་ཁྱོད་འདྲ་དཀོན། །

རྒྱད་བཞི་ཐོད་ཀྱི་པ་ཚོས་ལུང་གིས་བསྐྱབས། །
གཡུ་ཐོག་རྒྱུང་མའི་རྒྱན་རྒྱབ་རིག་པས་བརྟོལ། །
སྒྲོབ་ཆེན་དབྱས་ན་རིག་པའི་སྒྲོན་མེ་སྒྲར། །
ལོག་རྟོག་འབྱུང་བའི་མིག་ལ་ལྷན་པ་སྒྲེར། །

རྒྱ་གར་གཞུང་དང་གསོ་རིག་བདག་དབང་ཚོད། །
སོག་པོའི་སྒྲེ་དང་རྒྱད་བཞིའི་ཁྱངས་ལུང་སྒྲིང་། །
སྤྱི་འཇམ་ནང་རྒྱབ་ཐོད་པའི་ལྟ་རྒྱུའི་ཁྱོད། །
སྤང་དང་དམོད་ལ་བཟོད་པའི་གོ་ཆ་བཞེས། །

གང་ཉིད་འདུས་བྱས་རང་མཚན་གྱུར་པ་ནི། །
སྤྱི་འཇམ་སྤྱི་དང་བྱེ་བྲག་གངས་སྒྲོངས་ཀྱི། །
གསོ་རིག་བསྒྲན་པ་འབྲལ་མེད་སྒྲེལ་བ་ལ། །

ཤིང་ནའི་འཁོར་ལོ་ཐང་ཏུ་ལྷུང་བར་འདྲ། །

གངས་ལྷོངས་གསོ་རིག་དར་ཆེན་ཆེད་ནས་ཆག །
མདོ་ཁམས་རིན་ཆེན་བུམ་པ་རྩོལ་བརྒྱབས། །
སློབ་གྲའི་ལུན་སེལ་དབང་པོས་ལུབ་རིར་བརྒྱལ། །
རྒྱན་འཛིན་སློབ་མའི་ཚྭ་སྤྲུག་ལུས། །

པོད་ཁམས་སྤྱི་དང་གསོ་རིག་བསྐྱན་པ་ལ། །
ལྷུང་སློབ་སྤེལ་བའི་ལུགས་དམ་ཞལ་བཞེས་པའི། །
ཞང་སློན་སྤེད་གྲུ་བརྒྱན་མ་བཅུ་གཉིས་སོགས། །
ཏུས་ཀྱི་མཐའ་ཏུ་དམ་བཅའ་འདོར་རམ་གྱི། །

ཞེས་པ་པོད་ཀྱི་གསོ་རིག་མཁས་དབང་འབུམ་རམས་པ་དབྱངས་དགའ་གང་ཉིད་སྤྱི་
ཆོའི་འཕེན་པ་རྫོགས་པའི་གཏམ་ངན་ཐོས་པའི་མོད་ལ་ལྷུང་ན་གྱི་གཏུང་བ་དྲག་པོའི་ངང་
ཏུ་པོད་ཀྱི་གསོ་རིག་སྤྱི་བའི་རྒྱལ་ཁམས་པ་ལུབ་བསྐྱན་ལུན་ཚྭ་སྤྲུག་དེས་སྤྱི་ལོ་༢༠༢༢ལོའི་ཟླ་
བ་༡༢པའི་ཚེས་༡༢ཉིན་རྒྱ་ནག་ཁྲིམ་ཏུའི་གྲོང་གི་ལྷོ་ལུབ་མི་རིགས་སློབ་གྲུ་ཆེན་མོའི་ངང་
ཤག་ཏུ་ཤར་མར་བྲིས་སོ། །

2023 ལོའི་ཚུམ་ཡིག་ཐོར་བྲུ།

དཔལ་ལྷགས་སྐར་གྱི་བྱ་རྒྱུ་ཚོས་རྒྱ་སྤྱོད།

2023.1.7

ཚུ་སྤྱག་ལོར་དཔལ་ལྷགས་སྐར་གྱི་ཚོགས་པ་འདི་ཚོག་མར་བཅུགས་
 ཏུ་མི་ནམས་ཀྱིས་འདིའི་སྐོར་ལ་སྤྱིར་བྱུགས་མང་པོ་ཞིག་བྱས་སོང་། སི་ཏུ་
 ཚོས་འབྱུང་གི་སྤྱག་གིས་ཀྱི་རྒྱུན་དེ་ལ་དཔལ་ལྷགས་སྐར་གྱིས་ཟེར་ན་འགྲིག་
 མིན་དང་། ཀམ་སྐར་གྱིས་ལས་གཞན་ཏུ་ཕྱུར་པའི་དཔལ་ལྷགས་སྐར་གྱིས་
 ཟེར་དགོས་པའི་རྒྱ་མཚན་གང་ཡོད་དང་། སི་ཏུའི་སྤྱག་གིས་ལ་སྐར་ལྷགས་
 གསར་མ་ཟེར་མིན་སོགས་བཞོ་སྤྱིར་གང་འཚམས་ཤིག་བྱས་སོང་ཡང་སྐབས་
 དེར་སི་ཏུ་ཚོས་འབྱུང་གི་སྤྱག་གིས་ཞལ་ཐང་ནམས་ལ་སྤར་ཀྱི་སྐར་ལྷགས་
 རྒྱུར་པ་དང་མི་འདྲ་བའི་བྱ་རྒྱུ་གང་ཞིག་ཡོད་པ་གསལ་བཤད་བྱེད་མཁན་
 ཞིག་བྱང་མ་སོང་། ཚོས་འབྱུང་གི་སྤྱག་གིས་ཞལ་ཐང་ནམས་ལ་ཐང་ཀ་སྤྱི་
 བཏང་བ་ནམས་དང་མི་འདྲ་བའི་བྱ་རྒྱུ་ཚོས་འགའ་ཞིག་ཡོད་པ་དེ་དག་ཏུང་
 ཆ་ཚང་བ་ཤེས་མཁན་ཡོད་ན་འགྲེལ་བཤད་གནང་བ་ངང་བསྐྱགས་བྱས་ཀྱང་
 ད་བར་གསུང་མཁན་མ་བྱུང་། སང་ཉིན་པོད་ཟླ་བ་བཅུ་གཅིག་པའི་ཚོས་བཅུ་
 བདུན་ཉིན་སི་ཏུ་ཚོས་ཀྱི་འབྱུང་གནས་ཀྱི་འབྱུངས་སྐར་ལ། ཁོ་བོས་རྗེས་དྲན་
 ཀྱི་ཚུལ་ཏུ་སི་ཏུ་ཚོས་འབྱུང་གི་སྤྱག་གིས་དཔལ་ལྷགས་སྐར་གྱིས་ཀྱི་སྤྱིར་བྱུང་
 ཚོས་དང་། བྱེ་བྲག་ཐང་ཁ་རེ་བྱུང་གི་བྱ་རྒྱུ་ཚོས་རེ་འགའ་ཞིག་ཤེས་པ་དེ་དག་
 རྒྱ་སྤྱོད་མདོར་བསྐྱས་ཤིག་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན།

དཔལ་ལྷགས་སྐར་གྱིས་ཞེས་པའི་མཚན་གཞི་ནི་སི་ཏུ་ཚོས་འབྱུང་གི་སྤྱག་
 གིས་ཀྱི་རྒྱུན་འཛིན་པའི་ལྷགས་འདི་ལ་ཟེར། ཐོག་མ་སྤྱི་ལོ་༡༩༩༩ལོར་སི་ཏུ་

ཆོས་ཀྱི་འབྲུང་གནས་ཀྱིས་སངས་རྒྱུ་གྱི་སྐྱེས་རབས་དཔག་བསམ་འབྲི་ཤིང་
གི་ཞལ་ཐང་ཉེར་གཉིས་དང་། དེའི་བྱར་བསྐྱོན་གསུམ་བཅས་བསྐྱོམས་པས་
ཉེར་ལྷ་ཡོད་པ་དེ་རེད། ཐང་ཁ་དེ་སྤྱི་ལོ་༡༧༩༩ལོར་འགོ་བཙུགས་ཤིང་སྤྱི་ལོ་
༡༧༩༧ལོར་ཡོངས་སུ་གྲུབ་པ་ཞིག་རེད། དེ་ལ་གཞན་དང་མི་འདྲ་བའི་ཐུན་
མོང་མ་ཡིན་པའི་བྱད་ཆོས་སི་རུའི་ཞལ་གསུངས་ཀྱི་ནང་དོན་མདོར་བསྟུས་
ན། སངས་རྒྱུ་བྱང་སེམས་ཀྱི་སྐུ་གཟུགས་ཀྱི་ཆོད་གཞི་དེ་རུས་འཁོར་སྐྱོམ་
སོགས་རྒྱུད་སྒྲེའི་གཞུང་ལྟར་བཀོད་པ་དང་། དུལ་བཀོད་དང་ཆོན་མདངས་
ཉམས་འགྱུར་ནམས་ནི་རྒྱ་དཀར་ནག་དང་། ཁ་ཆེ། བལ་པོ་བཅས་ཀྱི་ལེགས་
ཆ་སྤངས། བོད་ཀྱི་སྐྱོན་ཐང་གསར་རྟིང་དང་། མཁྱེན་བཅེ་ཆེན་མོ། བྱེའུ་སྤང་
པ། ཀམ་སྤང་བྱིས་བཅས་ཀྱི་ལེགས་པའི་ནམ་དཔྱད་ཀྱི་ཆ་ཐམས་ཅད་འདྲིར་
སྤངས་ནས་གསར་གཏོད་བྱས་པ་ཞིག་ཡིན་ཞིང་། མཛེས་པའི་ཉམས་འགྱུར་
སྐུ་ཚལ་ནི་དེ་དག་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་འགྲུན་ཟླ་མེད་པ། ཀམ་པ་ཆོས་དབྱིངས་རྩོ་
རྩེའི་བཟོ་རྒྱུ་ཁ་ཆེའི་ལུགས་ཀྱི་སྐུ་ཚལ་དང་འདྲ་བ་ཞིག་ཡིན། ཞེས་རྩོམ་
ཀྱིས་གསུངས་པ་ལྟར་རེད།

སྐྱེས་རབས་ཐང་ཁའི་རི་མོའི་བྱད་ཆོས་སི་རུའི་ཞལ་གསུངས།

རི་མོའི་དཔལ་དང་ཐུན་ཆོགས་དག །
མི་ཉམས་སྤང་བྱིར་ངས་འདི་བཙུམས། །
ཆོན་དང་རི་མོའི་ཉམས་ནམ་འགྱུར། །
རྒྱ་ནག་མཁས་པའི་ལུགས་བཟང་གིས། །
དུལ་དང་ཁང་བཟང་ཆ་ལུགས་སོགས། །
འཕགས་དུལ་མདོན་སུམ་མཐོང་བཞིན་བྱས། །
སངས་རྒྱུ་དེ་སྐུ་བཅས་སོགས་གཟུགས། །
རུས་འཁོར་སྐྱོམ་པ་འབྲུང་རྒྱུད་སོགས། །
དཔལ་གྱི་མགུལ་ནས་གསུང་རི་བཞིན། །
ཆ་ཆོད་ནམས་ལ་ཡིད་དགའ་བཞིས། །

སྒྲུབ་ཐང་གསར་རྟིང་མཁུན་ལྷགས་པ། །
 བྱང་པ་བྱེུ་སྒྲུབ་བྱིས་པའི། །
 རྣམ་དཔྱད་དེ་ཀྱན་འདིར་ལྷན་མོད། །
 ཉམས་འབྱུར་འབྱམ་གྱིས་བྱང་པར་བྱས། །
 ལྷ་ཡི་སྤྱལ་པའི་བཟོ་རྒྱུན་ཅན། །
 འཕགས་ལུལ་རྒྱལ་ཕྱོགས་ཁ་ཆེ་ཡི། །
 བཟོ་སྦྱོང་འདིག་ཉེན་དབང་ཕྱག་གི། །
 རི་མོའི་སྤྱ་ཚལ་སྤྱན་རླུང་གྲགས། །
 དེ་ལྟའི་རྣམ་དཀར་ལེགས་བྱས་འདིས། །

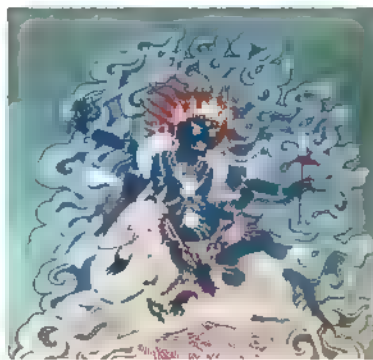
ཞེས་སོགས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །

བྱེ་བྲག་སི་རུ་ཚོས་འབྱུང་གི་ཕྱག་བྱིས་ཐང་ཀ་རྣམས་ལ་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་
 པའི་བྱང་ཚོས་ཅན་འགའ་ཞིག་ཡོད་པ་ལས་དང་པོ་དཔལ་ལྷན་ལྷ་མོ་རུད་
 སོལ་མ་ཞེས་པ་མངའ་བདག་མར་པ་ལོ་ཙྰ་བའི་སྤྱན་རྒྱུད་ལྟར་བྱིས་པའི་ཐང་
 ཀ་ལ་བཀའ་བརྒྱུད་སྤྱིའི་ལྷགས་དང་། སི་རུ་ཚོས་འབྱུང་གི་ལྷགས་མི་འདྲ་བ་
 གཉིས་ཡོད་པ་རེད། དེའི་སྤྱབ་ཐབས་ལས། ཞལ་གཅིག་ཕྱག་བཞི་ཞབས་
 གཉིས་པ། གཡས་ཀྱི་དང་པོ་ན་རལ་གི། གཉིས་པ་ན་རྩ་རྩ་དམར་ཆེན་གྱིས་
 བསྐྱེལ་བ། གཡོན་གྱི་དང་པོ་ན་ཤུག་གི། གཉིས་པ་ན་རི་རྩུ་ལ་དར་དབྱངས་ཅན་
 འདྲིན་པ། ཞེས་གསུངས་ཡོད་པ་དེའི་ཤུག་ཞེས་པ་དེ་སི་རུ་ཚོས་འབྱུང་གིས་
 ཆེ་གསུམ་གྱི་རིགས་རྒྱུད་ཀྱི་ཞིག་བྱིས་ཡོད། གཞན་པ་རྣམས་ལ་དངོས་པོ་
 སུར་བའི་དབྱིབས་ཅན་ཞིག་གི་མགོ་ལ་དམར་བྱའི་སྒྲོ་ཐིག་གསུམ་ཅན་ཞིག་
 འབྲི་སྒྲོལ་ཡོད་པ་རེད།

གཉིས་པ། མགོན་པོ་ཡབ་ལེགས་ལྷན་ནག་པོའི་ཕྱག་གི་བེམ་ཆེན་སྒྲོ་དགུ་
 དང་ལྷན་པ། སྒྲོ་རེའི་ནང་ནས་ལྷ་དམག་བྱེ་བ་རུང་སུར། ལྷ་དམག་བྱེ་བ་
 རུང་སུར། གཉན་དམག་བྱེ་བ་རུང་སུར་སོགས་སྒྲོས་ཚོགས་པ་ཞིག་ཡིན་ཟེར།
 བེམ་ཆེན་གྱི་ཆེ་གཅིག་ས་ལ་བརྟེན་པ་དེ་ཐང་ཁ་གཞན་གྱི་ལྷགས་ལ་སུར་སོར་

ཅན་ཡིན་ལ། སི་རུ་ཚོས་འབྱུང་གི་ལྷགས་ལ་དོ་རྩེ་ཅི་གཅིག་པ་ཡིན་ཟེར་བ་
ཅན་ཞིག་གིས་ཡོད་པ་རེད། ཞོང་གསལ་འདི་གཉིས་ནི་སི་རུ་ཚོས་འབྱུང་གི་
ཕྱག་གིས་རྒྱན་འཛིན་པ། འདན་ནམ་རྒྱལ་སྤྱིར་གི་གྲུ་ཤེས་རབ་དཔལ་ལྷན་
དང་། དེའི་ཆོ་བོ་རྒྱ་མཆོ་རྣམ་གཉིས་ཀྱི་ཞལ་གསུང་ལྟར་དོ་སྤྲོད་མདོར་བསྡུས་
ཞིག་ཡིན།

གཞན་ཡང་སི་རུ་ཚོས་འབྱུང་གི་ཕྱག་གིས་ལ་སྒྲོལ་དཀར་དང་། བེར་ནག་
ཅན་སོགས་འགའ་ཞིག་ཉམས་དང་རྣམ་འགྱུར། རྒྱན་དང་ཆ་ལྷགས་སོགས་
རྒྱན་མོང་མ་ཡིན་པའི་བྱད་ཚོས་གཞན་དང་མི་འདྲ་བ་འགའ་ཞིག་ཡོད་པའི་
སྒྲོར་ཐང་ཁྲ་ཆོ་དབང་གིས་གསུངས་པ་ཐོས་ཀྱང་སྐབས་དེར་དོ་སྤྲོད་མ་བྱས་
ཤིང་བཀའ་འདྲི་མ་ཞུས་པའི་སྐབས་ཀྱིས་གསལ་པོར་མ་ཤེས། འོན་ཀྱང་ད་ལྟ་
མདོན་སྲུང་པའི་སྤང་དོར་ཚོས་འབྱུང་ལྷགས་ཀྱི་སྒྲོལ་དཀར་གྱི་ཐང་ཀ་ལ་དབྱ་
རྒྱན་ལ་ཅོད་པན་མེད་ཅིང་མེ་ཏོག་གི་སྤོང་བ་ཁོ་ན་ཅན་འདི་མཐོང་བ་ཅེས་
ཀྱི་ཚོས་འབྱུང་ལྷགས་ཀྱི་སྒྲོལ་དཀར་ཡིན་པ་དང་། དེ་ཐང་ཀ་གཞན་རྣམས་
དང་མི་འདྲ་བ་ནི་མདོན་སྲུང་མཐོང་བ་འདི་རེད། བེར་ཅན་སི་རུ་འི་ལྷགས་
སྤྱི་གིས་པའི་ཐང་ཀ་གང་ཡིན་མི་ཤེས་སྐབས་གསལ་བཤད་བྱེད་ཐབས་བྲལ།
གཞན་ཡང་སི་རུ་ཚོས་འབྱུང་ལྷགས་ཀྱི་འབྲི་ཚུལ་གྱི་ཐང་ཁ་གཞན་དག་གང་
ཡོད་དང་དེའི་ལོ་རྒྱུས་ཤེས་མཁན་ལྟ་བུ་སྤྱི་དང་བྱེ་བྲག་དཔལ་སྤངས་པའི་
ལྟ་བ་རྣམས་ལས་ཤེས་མཁན་ཡོད་ན་མཆོམས་འདིར་གསལ་བཤད་དང་། ཁ་
སྒྲོན་བྱ་རྒྱུ་རེ་བ་ཞུ། །



དགོན་བདག་ལྷ་མ་ཚོ་ལ་སྤྱིར་བཏེན་པ།

2023.1.22

འདིར་དགོན་པ་ཟེར་བ་དེ་མི་དམངས་ཀྱི་འཚོ་བ་ལ་གལ་ཆེན་པོ་ཞིག་
ཡིན་པའི་སྒྲོར་མདོར་བསྟུན་ཤིག་ཞུ་བ་ལ།

གཅིག་ ཁྱི་དམངས་ལ་དགོན་པ་དགོས་པའི་རྒྱ་མཚན།

དགོན་པ་ཟེར་བ་འདི་གནའ་སྔ་མོའི་དུས་ནས་འཛམ་གླིང་ཤར་རུབ་ཀྱི་མི་
རིགས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་རིག་གནས་ནང་དུ་ཡོད་པ་ཞིག་རེད། དེ་མི་རྣམས་ཀྱི་
སྤྱན་མོང་གིས་ལྷ་ལ་གསོལ་བ་འདེབས་སའི་ཡུལ་ཞིག་སྟེ། སྐབས་འགར་མི་
ཚང་མ་མཉམ་དུ་འཛོམས་ནས་འདུ་འཕུད་དང་། ཚོས་ལྷགས་ཀྱི་བྱེད་སྒོ་སྟེལ་
ས་ཞིག་རེད། བོད་ལ་སྟོང་ཕྱག་གི་གོང་ན་བོན་གྱི་འདུ་གནས་ཟེར་བ་མི་
རྣམས་ལ་ལྷ་ར་འཆར་ཅན་གྱི་ཚོས་ལྷགས་ཀྱི་བྱེད་སྒོ་སྟེལ་ཆེད་དུ་འདུ་འཛོམ་
བྱེད་ས་ཞིག་ཡིན་པས་ན་མིང་ཡང་འདུ་གནས་ཞེས་བཏགས་ཡོད། ཐོག་མར་
མི་རྣམས་ལྷན་ཅིག་དུ་ཚོས་ལྷགས་ཀྱི་བྱེད་སྒོ་སྟེལ་བའི་ཆེད་དུ་ཚང་མ་འདྲ་
མཉམ་དུ་གནས་དེར་འཛོམས། ཡུལ་ལྷ་གཞི་བདག་སོགས་ལ་ལྷན་དུ་གསོལ་
མཆོད་བྱེད། གོ་སྐབས་དེ་དང་བསྟུན་ནས་ཤོགས་པོའི་བར་ལ་འབྲེལ་ལམ་
ཆགས་ཤིང་ལུས་སེམས་གཉིས་ཀ་ལ་བདེ་བ་ཡོང་བའི་མཐུན་སྦྱེན་ཞིག་ཆགས་
ཡོད། དེ་ནས་མིའི་འགྲོ་བའི་རང་གཤིས་མདོན་དུ་གྱུར་ཏེ་མི་ལ་སྤྱིར་ཞན་
དང་། མཁས་ཞན་གྱི་དབང་གིས་རིམ་བཞིན་སྤྱིར་གྱུར་ལྷན་པ་དང་ཡོན་ཏན་
ཅན་འགའ་ཞིག་གིས་ལྷ་མ་དང་སྟོབ་དཔོན་གྱི་མིང་གི་ཐོག་ནས་འདུ་གནས་
ལ་སྟེར་བདག་བྱས་ཏེ། དམག་དང་དབུང་གི་སྟོབས་ཤུགས་ལ་བརྟེན་མ་
དགོས་པ། ཚོས་ཀྱི་རྣམ་པས་རང་ཤུགས་ཀྱིས་མི་དམངས་ཀྱི་བསམ་བློ་དབང་
བསྐྱར་བྱས་ཏེ་བདག་པོ་དང་འཁོར་གྱི་འབྲེལ་བ་ལྷ་བྱ་ཞིག་ཆགས། དགོན་
པའི་བདག་པོ་བྱེད་མཁན་གྱི་སྟོབ་དཔོན་དང་། དེའི་འཁོར་དུ་གྱུར་པའི་གྲ་
ཚང་དེ་དགོན་པའི་བདག་པོ་དང་། མི་དམངས་རྣམས་ནི་དེའི་འཁོར་དུ་གྱུར་

ཏེ་ཡུན་རིང་པོ་ཞིག་གནས་པ་རེད། ཉི་མོའི་དུས་རབས་བཅུ་དྲུག་དང་བཅུ་
 བདུན་པའི་སྐབས་དེ་དག་ཅུབ་ཕྱོགས་སུ་ཚོས་སྲིད་བྱུང་འབེལ་གྱི་དབང་གིས་
 དགོན་པས་མི་མེད་རྣམས་ལ་དབང་ཡོད་ཀྱིས་མནར་གཅོད་མང་པོ་བྱེད་པའི་
 ལུན་ནག་གི་སྤྱི་ཚོགས་ཤིག་ཆགས་ཡོད་སྟབས། ཡོ་རོབ་པའི་མི་དམངས་ཀྱིས་
 གྱེན་ལོག་བྱས་ཏེ་བཀའ་བཞུག་འཛིན་གྱི་ཚོས་སྲིད་བྱུང་འབེལ་གྱི་དབང་
 བསྐྱར་གྲུལ་རིམ་པའི་སྲིད་དབང་མགོ་མཁུག་སློག་སྟེ་ཚོས་སྲིད་ཐ་དད་དུ་
 བྱེས། ཚོས་ལུགས་དེ་བསམ་པའི་དཔལ་ཡོན་དང་། ལྷ་ཁང་རྣམས་དགའ་
 སྟོའི་འདུ་འཛོམ་གྱི་སྟེ་གནས་ཞིག་ཆགས། ཆབ་སྲིད་ནི་དམངས་གཙུག་གྱི་
 སྲིད་གཞུང་ཆགས་ཏེ་དཔལ་ཡོན་གཉིས་ལུན་གྱི་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་སྤྱི་གཞི་ཞིག་
 ཆགས་པ་རེད། དེར་དུས་ཕྱི་རྒྱལ་བའི་དགོན་པ་བཅེས་བ་དེ་བསམ་པའི་དཔལ་
 ཡོན་དར་སྤེལ་གཏོང་ས་དང་། ལུས་སེམས་ལྟོད་ལྟོད་ཀྱི་ལྷ་ལ་གསོལ་འདེབས་
 དང་། རྟོགས་པོའི་བར་ལ་འཆོམས་འདྲི་བྱེད་པའི་སྟེ་གནས་ཤིག་ཆགས་ཡོད་
 རེད། ར་ཚོ་བོད་ཡུལ་དུ་མི་རྣམས་ལ་ཡོན་ཏན་དང་འཛིན་ཐང་གཉིས་ཀ་མེད་
 སྟབས་ཚོས་སྲིད་བྱུང་འབེལ་གྱི་སྲིད་གཞུང་དེ་ལ་བསྐྱར་བཅོས་བཏང་མ་ཐུབ་
 པ་རེད། མཐར་མི་རིགས་གཞན་པ་ཞིག་གིས་དབང་བསྐྱར་གྱིས་ཆབ་སྲིད་ཀྱི་
 ཁོར་ཡུག་ལ་འགྱུར་སྟོག་དང་ལུན་དུ་དགོན་པ་རྣམས་མེད་པར་ཆགས་པས་
 བསམ་པའི་ཡུལ་དུ་མགོན་སྐབས་ཀྱི་ཡུལ་ཞིག་མེད་པར་གྱུར་བའི་འདུ་ཤེས་
 སྐྱེས་ཏེ། ཚོས་དང་དགོན་པ་ཡིད་ཆགས་པའི་དབང་གིས་གནས་ཚུལ་དེ་ལ་
 སེམས་སྤངས་པ་ཞིག་བྱུང་བ་རེད། དེར་བརྟེན་བཅོས་བསྐྱར་སྟོ་འབྱེད་ཀྱི་
 སྲིད་རྒྱུ་འོག་མི་རིགས་རིག་གནས་བསྐྱར་གསོའི་སྐབས་སུ་མི་རྣམས་ཀྱིས་མི་
 རྒྱལ་དང་རྒྱ་རྒྱལ་གཉིས་ཀ་སྤངས་ནས་དགོན་པ་བསྐྱར་བཞེངས་ཀྱི་ལས་
 ལ་འབད་བཅོམ་བྱ་བའི་རྒྱ་མཚན་དེ་རེད།

གཞིས། དགོན་པའི་བདག་པོ་སུ་ཡིན་ཐོས་ཟིན་པར་གྱིས།

བོད་ཀྱི་དགོན་པ་དེ་གཞན་དབང་གིས་འཁོར་ཞིག་བྱིན་པ་ཡོན་སྟབས་མི་
 རིགས་རིག་གནས་བསྐྱར་གསོའི་སྲིད་རྒྱུ་སྐབས་སུ་མི་ཚང་རང་རང་གི་

བསམ་པའི་སྐྱབས་གནས་སུ་གྱུར་པའི་ཚོས་ཀྱི་རིག་གནས་དར་ཡུལ་དགོན་པ་
ནམས་བསྐྱར་གསེའི་ལས་ཀ་དེ་མ་གྲོས་གཅིག་མཐུན་རྒྱ་བྱུང་བ་རེད། ལོ་ན་
གཞོན་པ་ནམས་ཀྱིས་དགོན་པ་དང་ཚོས་ཀྱི་རིག་གནས་ཀྱི་སྤྱོད་སྤྱོད་གང་ཡིན་
མཐོང་སྤྱོད་མེད་ནའང་། ས་མ་ནམས་ཀྱིས་རིག་གནས་གསར་བརྗེ་ཆེན་པོའི་
སྐབས་སུ། ང་ཚོ་སྤྱ་གུ་ནམས་ལ་སྤོན་ཀྱི་དགོན་པའི་ནང་རྒྱ་རིག་གནས་ཀྱི་
མཛད་སྤྱོད་གང་དང་གང་ཡོད་པ། ལོ་ལྟར་འཆར་ཅན་རྒྱ་རིག་གནས་ཀྱི་འབྲུག་
སྤོན་དང་། དབང་དང་བྱིན་རྒྱབས་གང་ཞིག་ཡོད་པ། དེ་སྐབས་མི་མང་འདྲ་
འཛིན་དང་སྤྱོད་པོ་ཡོད་པའི་སྐྱོར་ལབ་སྤྱིང་མང་པོ་བྱས་ཡོད་སྐབས། ང་ཚོའི་
སེམས་ལ་འང་དགོན་པའི་རིག་གནས་དེ་ཉ་ཅང་ཉམས་མཛར་པོ་དང་། བག་
སྤྱོད་པོ་ཞིག་ཡིན་པའི་བག་ཆགས་ཤིག་བཞག་ཡོད་པ་རེད། དེར་བརྟེན་སྐབས་
དེའི་གོང་སྡེ་སོ་སོའི་ཆུ་གཞོན་ཐམས་ཅད་དགོན་པ་བསྐྱར་གསེབ་བྱ་རྒྱུའི་ལས་
ཀ་ལ་ཐུན་མོང་གིས་འབད་བཅོན་བྱས་ནས་དགོན་པ་བསྐྱར་རྒྱ་བཞེངས་པ་
རེད། དེས་ན་ངས་དགོན་པ་བཞེངས་མཁན་སྤྱ་མ་མ་རེད་མི་དམངས་རེད་
ཟེར་བའི་རྒྱ་མཚན་དེ་ཡིན། སྐབས་དེར་དགོན་བདག་སྤྱ་མ་ཡོད་མ་རེད།
གོང་གསལ་རྒྱ་སྤྱ་ཀྱི་སྤྱ་མ་ཆུ་པ་ཁ་ཤས་ཡོད་པ་དེ་དག་འགའ་ཞིག་ནི་མི་
ངན་ལྷ་མོ་ཅན་ཡིན་པ་དེའི་ལྷ་མོ་སྤྱད་ཅམ་ཡིན་པ་དང་། འགའ་ཞིག་ནི་
བཅོན་ལས་ཐར་ཅམ་ཡིན་སྐབས་དེ་དག་ཚང་མ་རྩས་མེད་དབུལ་པོ་ཤ་སྟག་
རེད། མི་དམངས་ནམས་ཀྱིས་སྤྱ་མ་ཆུ་པ་དེ་དག་ལ་བཀའ་འདྲི་ལྷས་ཤིང་སོ་
ཚོའི་ཞལ་བཀོད་ལྟར་དགོན་པ་བསྐྱར་བཞེངས་བྱེད་མཁན་མི་དམངས་རེད།
དགོན་པའི་ནང་རྒྱ་ཚོས་ཀྱི་བྱེད་སྤྱོད་སྤྱོད་མཁན་གྱི་གོང་གསལ་རྒྱ་བཞུགས་པའི་
སྤྱ་མ་ཆུ་པ་དེ་དག་གདན་དྲངས་མཁན་ཡང་མི་དམངས་རེད། སྤྱ་ཆུ་དེ་
དག་ལ་ཁོང་ཚོའི་རིག་གནས་རྒྱན་འཛིན་པ་གྲུ་པ་གསར་པ་གསོ་སྤྱོད་བྱ་རྒྱུའི་
རེ་བ་ལྷ་མཁན་ཡང་མི་དམངས་རེད། མདོར་ན་དགོན་པའི་ཕྱིའི་ལྷ་ཁང་།
ནང་གི་སྤྱ་མ། རྒྱན་འཛིན་པའི་གྲུ་པ་སོགས་ཚང་མ་བསྐྱར་གསེབ་བྱེད་མཁན་
མི་དམངས་ཡིན་པ་མ་བརྟེན་པར་གྱིས།

གསུམ། དཔོན་པས་མི་མེད་ལ་བཞོས་པའི་དཀའ་ངལ།

ད་ལྟ་དཔོན་པའི་ནང་དུ་བཞུགས་པའི་སྤྲ་མ་དང་སྤྱལ་སྤྱ་ནམ་པ། བྱིང་
ནམས་སྤབས་དེར་རང་འབྲལ་གྱི་དཔོན་པའི་ནང་དུ་ཞུགས་ཤིང་མི་དམངས་
ལ་ཞབས་འདེགས་ཞུ་རྒྱུ་ཁས་སྲུངས་པའི་མི་སྤྱ་ཤ་ཉྱག་རེད། བྱིང་ཚོ་ལ་བཅན་
ཤེད་གྱི་དཔོན་པའི་ལས་འགན་བསྐོས་པ་དང་། ཚོས་ལྷགས་གྱི་རིག་གཞུང་
སློབ་སྦྱོར་བྱེད་བརྒྱུ་མཁན་སུ་ཡང་ཡོད་མ་རེད། རང་རང་གི་རེ་བ་ཞུས།
མི་དམངས་ཀྱིས་འོས་སྦྱོར་བྱས། སྤྲ་མ་རྒྱ་པ་འགའ་ཞིག་ལྷན་ཡོད་པ་དེ་དག་
གི་དཀའ་ངལ་བྱུང་བས་ད་གྱི་སྤྱོད་ནས་ཁོང་ནམ་པས་གང་ཤེས་གྱི་མི་དམངས་
ལ་ཞལ་འདེགས་ཞུ་ཡས་གྱི་ཚོས་གྱི་རིག་གནས་དེ་བསྐྱབས་ནས་ད་ལྟའི་དཔོན་
པའི་བདག་པོ་ཡིན་ཟེལ་གྱི་སྤྱལ་འདི་དག་བྱུང་བ་ཡིན་པ་ཤེས་པར་གྱིས་
ཤིག །དེར་དུས་དཔོན་པའི་མིང་ཐོག་ནས་ཟུ་པ་དང་། མི་མེད་ནམས་ལ་
དཀའ་ངལ་མང་པོ་སྦྱོང་བཞིན་པའི་གནས་ཚུལ་ནི། ངས་ཤེས་ཚིད་གྱི་དཔོན་
པ་འགའ་ཞིག་གི་གནས་ཚུལ་བཤད་ན།

དང་པོ། སྤྲ་མ་དང་ཟུ་པའི་བར་ལ་གྲལ་རིམ་གྱི་དབྱེ་བ་བྱས་ཏེ། སྤྲ་ཆེན་
ནམས་དཔུན་དུས་རྒྱལ་དུ་བཞུགས་ཤིང་དབྱར་དུས་པོད་ལ་ཟླ་བ་ཁ་ཤས་
བཞུགས། ཟུ་པ་ནམས་ནི་དཔོན་པའི་ཚོགས་སྡོམ་ཉིན་གཅིག་ཆག་ན་ཆད་པ་
དང་། གྲིག་དང་རྩེ་བུ་འགལ་ན་རྒྱུ་རྩེ་བུ་བྱེད། ཟུ་པའི་ནང་ལའང་སྤྲ་
མའི་གཉེན་ཉེ་དང་། རྒྱབ་ལྗོངས་འགོ་བྱིད་དང་། ཚོང་དཔོན་ལྟ་བུའི་སྤྱ་བྱ་
ཡིན་ན་གྲིག་ལམ་ནན་པོ་བསྐྱར་མི་དགོས་པ་དང་། དཔོན་པའི་རྒྱ་ལོར་ཆེ་
རིགས་དཔེར་ན་མོ་ཏ་ལྟ་བུ་ལ་ཆག་སྦྱོར་ཤོར་ན་འང་བཅད་གཅོད་མེད་པ། མི་
མེད་དཀྱུས་མའི་སྤྱ་བྱ་ནམས་ཀྱིས་དཔོན་པའི་རང་དམ་གཅིག་ཅེས་ཆག་གྲག་
ཤོར་ན་འཇལ་པ་སྤྱད་དགོས་པ་ལ་སོགས་པ་འདྲ་མཉམ་མེད་པ་གནའ་པོའི་
བཀའ་བཀོད་རྒྱན་འཛིན་གྱི་བསམ་སློབ་རྒྱུ་དེ་དཔོན་པའི་ནང་ནས་བསྐྱར་
གསོ་ཡོང་བ་ལྟ་བུ་ཆགས་ཡོད་ཟེར།

གཉིས་པ། རྒྱེ་དགའི་ཟིལ་རྒྱ་སྦྱོང་སྦྱང་གྱི་ས་ཆ་དག་ལ། དཔོན་པ་དང་མི་

སེར་གྱི་བར་ལ་དཔོན་གཡོག་གི་འབྲེལ་བ་ལྟ་བུ་འཛིན་ནས། དཔོན་པ་ནི་
 དབང་རྒྱུར་གྲལ་རིམ་གྱི་གོ་གནས་བཟུང་སྟེ། མི་སེར་ལ་བྲལ་དང་། དབྱལ་
 བྲལ་བཞོད་ནས་དཀའ་ངལ་མི་ཉུང་བ་ཞིག་བྱས་ཡོད་པ་ནི། དཔེར་ན། ལོ་
 ལྷར་རེས་བསྐྱོར་ལྟ་བུའི་དཔོན་པའི་སྤྱི་པ་ཁུར་བརྟག་ཅིང་། དབྱར་གནས་ཀྱི་
 སྤྱི་པ་དང་། རྒྱག་ཅུའི་སྤྱི་པ་ཟེར་བའི་ལས་འགན་སྤྲད། ལོ་ལྷར་དབྱར་གནས་
 དང་རྒྱག་ཅུའི་ཚོགས་པའི་འགོ་སོང་གི་མ་དབྱལ་གཏོང་དགོས་ཤིང་། གལ་
 སྤྱིད་དཔོན་པའི་སྐོར་མོ་དེས་ཁོ་ཚོང་མ་རག་ན་རང་གི་ཐོག་དང་། དབྱར་རྩ་
 དཔུན་འབྲུ་རྩམས་བཅོང་སྟེ་དཔོན་པ་ལ་བྲལ་སྤྲད་དགོས་བྱུང་བེད།

གསུམ་པ། དཔོན་པས་དབང་ཡོད་ཀྱིས་མི་དམངས་ལ་དཀའ་ངལ་བྱས་
 པ། དཔོན་པའི་ས་དང་དཔོན་པའི་ཚུ་ཞེས་མི་དམངས་ཀྱི་ཉེ་སྐོར་གྱི་ས་ཚུ་
 རྩམས་ལ་བདག་པོ་བྱེད་པ། དཔོན་པས་ཆ་འཇུགས་བྱས་པའི་མཛད་སྒོ་རྩ་
 ཚོགས་སྐབས་སུ། མི་ཚང་གང་ཞིག་ལ་ན་ཆ་གོད་ཆག་གི་རྒྱག་བསྐལ་བྱུང་ཡོད་
 བའང་ཡུལ་སྒོལ་དང་འགལ་བའི་སྤྱིག་ལམ་གསར་པ་བཅོས་ཏེ། སོ་བརྟུང་སྤྱ་
 ལེན་སོགས་དཀའ་སྤྱིའི་མཛད་སྒོའི་ནང་དུ་བཅོན་ཞུགས་བརྟག་པ་རེད་ཟེར།

བཞི་པ། དཔོན་པས་མི་དམངས་ཀྱི་ཁོ་ཕན་བཀག་འགོག་བྱེད་ཅིང་དཀའ་
 ངལ་བྱས་པ། དཔེར་ན། རྩགས་ར་དཔོན་པའི་དཔོན་སྟོང་དེ་དེ་ཅུ་ཁག་གཅིག་
 གཉིས་ཤིག་ཡོད་པ་རེད་ཟེར། དེར་དཔོན་པའི་འབྲིས་ནས་ལམ་བཟོ་སྐབས་
 དཔོན་པས་ཁོ་ཚོའི་ས་ཐོག་ནས་ལམ་བཟོ་མི་ཚོག་ཅེས་མི་དམངས་ལ་བཀའ་
 བཞུན་པའ་རྟུབས་ལམ་བཟོ་མ་ཐུབ་པ་དང་། རྗེས་སུ་ཀུལ་ཁབ་ཀྱིས་མི་
 དམངས་ལ་ལམ་བཟོ་རོགས་བྱས་རྟུབས་ཁོ་ཚོས་བཀག་འགོག་མ་ཐུབ་པ་རེད་
 ཟེར། དེ་བཞིན་དུ་མི་དམངས་ཀྱི་ཚོང་ལས་བཀག་འགོག་བྱས་པའི་སྐོར་མ་
 ཚུའི་རྒན་པོ་ཞིག་གིས་བྱ་ཐོག་དུ་བཤད་པ་ལྟར་ན། ལོ་བརྟུ་སྤྱག་ཅམ་གྱི་གོང་
 དུ་ཁོ་ཚོས་སི་ཁོན་བྲག་འགོ་རྫོང་གི་ས་ཆ་ནས་ཐོག་ནག་མང་པོ་ཞིག་ཉོས་པ་
 དེ། གསེར་ན་སྒར་གྱི་མཁན་པོ་བསོད་དར་རྒྱས་ཀྱིས་སྤྱ་སེར་གཉིས་དེ་མི་བརྒྱ་
 ལྷག་ཅིག་ཁྲིད་ནས་ཁོ་ཚོ་ལ་སེམས་ཅན་བཤས་ཚོང་བྱེད་མི་ཚོག་ཅེས་པ་ལ་ཁ་

གཡར་ནས་མི་རྣམས་ལ་རྒྱུ་བ་བརྒྱུ་དྲག་པོ་བྱས་ཏེ་ཐོག་ནས་རྣམས་འཕྲོགས་སོང་བ་དང་། ཆོང་པ་རྣམས་ཀྱིས་དོན་དེ་མི་ཁྱོད་ཞིང་ཆེན་སྲིད་གཞུང་ལ་གཏུགས་གཤེར་བྱེད་གྲབས་སྐབས། མ་ཆུའི་ཆོང་པ་མི་དེའི་སྤྱན་ཆེ་བ་ཆོས་དད་ཆེ་སྤྱབས་གཏུགས་ཐོག་མཁན་པོའི་གདན་སར་བཞུགས་པའི་སྤྱི་མ་ལ་ཁ་མཆུ་གཏུགས་གཤེར་བྱེད་མི་རུང་ཞེས་བཤད་ནས་དོན་དེ་བཏང་སྟོམས་སུ་བཞག་དགོས་བྱུང་བེད། ཉེ་དུས་བྱ་ཐོག་ནས་ཐོས་པ་ལྟར་ན་རྩ་སྤྱན་རྒྱས་དགོན་པ་བེར་བའི་བོན་པོའི་དགོན་པ་དེའི་སྤྱལ་སྤྱུ་ཞིག་གིས་སྒྲེར་གཙོད་ཀྱིས་དབང་ཆ་བཟུང་། མི་དམངས་ལ་བཅན་བཀའ་དང་བཅན་ཁྲལ་བཀོད་ཅིང་ཡོད་འདུག་ཅེས་བཤད་པ་ཞིག་ཀྱང་མཐོང་།

ལྷ་པ། བོད་ལ་བསྐྱལ་པ་ཆགས་ནས་མ་དར་བའི་ལུགས་སྟོལ་གསར་པ་སྟོག་བསྐྱེད་ཆོགས་པ་བེར་བ་ཞིག་བཏུགས་ཤིང་མི་དམངས་ཀྱི་ལག་ནས་སྒྲེར་མོ་བསྐྱུས་པ་དེ་དག་ལལ་ཆེར་རང་རང་རུམ་རུ་བཏུག། རྒྱ་དང་ཉ་ཆོང་བྱེད། ཁ་ཆེ་དང་ལུག་ཆོང་བྱེད་མཁན་གྱི་ཆོགས་གཙོ་ཐམས་ཅད་སྤྱི་མ་རེད།

རྒྱལ་པ། བསྐྱལ་པ་ཆགས་ནས་མ་དོ་དབུས་མཐོ་སྒང་གི་ལུལ་རུ་འཆོ་བ་སྤྱེལ་མཁན་གྱི་བོད་རིགས་མི་དམངས་རྣམས་ཀྱི་ལུས་ཁམས་དང་མི་མཐུན་པའི་ལས་འགུལ། རྒྱ་རྒྱ་ཤང་གི་ལུགས་སྟོལ་དམར་བས་བཅད་ཅིང་སྟོ་བས་བེ་བའི་ལུགས་སྟོལ་དེ་བོད་ལུལ་ཞིང་འཕྲོག་ས་ཁུལ་ལ་བྱབ་སྤེལ་གཏོང་ཞིང་། མི་མང་པོའི་བདེ་ཐང་ལ་གཞོན་འཆོ་གཏོང་མཁན་ཡང་སྤྱི་ལོག་རྣམས་རེད།

བརྟན་པ། རུས་རབས་ཀྱི་འགྱུར་བ་ལ་བརྟེན་ནས་འཛམ་གླིང་ལུལ་གྱི་ཁག་རུ་ཁྲལ་དང་འུ་ལག་རྩ་མེད་སྤྱི་བུ་བེན་པའི་སྐབས་སུ། རུས་རབས་ཉེར་གཅིག་པའི་ནང་རུ་སྤྱར་ཡང་མི་དམངས་ལ་ཁྲལ་དང་། འུ་ལག་བསྐྱུར་གསོ་བཟོ་མཁན་ཡང་དགོན་པ་འགའ་ཞིག་རེད།

བརྒྱུད་པ། ཆེད་རུ་བྱས་པ་མིན་ཡང་ཁམས་སྟོགས་སུ་ནད་ཡམས་ཀྱི་སྟེ་བྲིད་མཁན་ཡང་སྤྱི་ལོག་ཡིན་ཏེ། ཉུ་ནང་རུ་ཏོག་དབྱིབས་ནད་རུག་ཐོག་མར་བྱེར་ཡོང་མཁན་སྤྱི་མ་ཞིག་ཡིན་པ་དང་། ད་ལོར་དཀར་མཛེས་རྫོང་རུ་

ནད་པ་དང་པོ་སྒྲ་མ་ཞིག་ཡིན་པ་དང་། དཔལ་ལུལ་རྩོད་ཀྱི་ཐོག་མར་ནད་
རྒྱག་ཅན་དང་། འོག་ས་གཞི་ཅན་གི་མི་བཞི་ཡོད་ཟེར་བ་དེ་ཡ་ཆེན་སྐར་ནས་
ཡིན་པར་བཤད། དེ་བཞིན་རུ་སྡེ་དགའི་ལུལ་རུ་ལྷགས་ར་དགོན་པའི་གྲུ་པ་
རྣམས་ར་པ་བྱལ་རུ་ཤ་ཉོ་སར་སོང་ནས་ཉོག་དབྱིབས་ནད་རྒྱག་འགོས་ཤིང་
དེ་དག་སྤྱིར་ལྷང་ར་གོང་རུ་སླེབས་པ་ན་ལུལ་དེར་ནད་ཡམས་བྱབ་པ་རེད་
ཅས་སྐད་འཕྲིན་བྱ་ཐོག་རུ་བྱབ་འདུག་པ་ལྟ་རེད། གནས་ཚུལ་དེ་དག་ནི་མི་
དམངས་ཀྱིས་བྱ་ཐོག་རུ་བཞོ་སྤོང་བྱས་པ་རྣམས་ངས་ཀྱང་བསྐྱར་རུ་སྤྱོད་ས་
བསྐྱེམས་ཤིག་བྱས་པ་ཡིན།

དགོན་པ་ནི་མི་དམངས་སྤྱི་ལ་དབང་བའི་ཐུན་མོང་གི་ཁོར་རྩས་ཤིག་
རེད། བཅོས་བསྐྱར་སྒོ་འབྲེད་ཀྱི་སྐབས་སུ་མི་དམངས་ཆང་མས་ངལ་རྩལ་
དང་། སྒོར་མོ་འགོ་སོང་བཏང་ནས་བསྐྱར་བཞེངས་བྱས་པ་ཞིག་ཡིན་པ་ནི་ང་
ཚོ་ཆང་མས་མིག་མཐོང་དང་ལག་ལེན་གཉིས་ཀ་བྱུང་བ་ཞིག་རེད། ལེགས་
པར་དཔྱད་དང་། ད་ལྟ་འཛམ་སྤྱི་ལུལ་གྱི་ཀྱན་ལ་སྟོབས་ལྡན་ཨ་རིའི་རྒྱལ་
ཁབ། ཆེན་པོ་ཀྱང་གོའི་རྒྱལ་ཁབ་ལྟ་བུའི་དཔོན་རིགས་རྣམས་བསྐྱད་སར་
གསེར་བྲི་ལྟ་ཅི། གསེར་གྱི་རྒྱབ་བཀྱག་ཅིག་ཀྱང་ཡོད་མ་རེད། ཚོགས་འདུ་
འཚོགས་སྐབས་མི་དམངས་དང་དཔོན་པོ་གཉིས་སྟོད་སའི་ས་ཆ་གཅིག་པ་
རེད། སྐད་ཆ་བཤད་སྐབས་དཔོན་རྣམས་ཡར་ལངས་ཤིང་བཤད་དགོས་པ་
ཞིག་རེད། བོད་ཀྱི་ལུལ་འདིར་སྒྲ་མ་བཞུགས་ས་བོད་ལས་མཐོ་བ་མེད།
གསེར་བྲི་མི་ལུས་དང་མཉམ་པའི་མཐོ་ཆད་ཅན་ལ་རིན་ཐང་རྒྱ་སྒོར་ས་ཡ་
གཅིག་དང་འབྲུམ་བརྒྱད་ལྷག་ཅན་ཡོད་པ་རེད། མི་དམངས་སྟོད་ས་བོད་
ལས་དམའ་བ་དང་སྒྱུ་བ་མེད་པ་སྟེ། མི་དམངས་རྣམས་ཚོས་ཞུ་སྐབས་སུ་
ཐང་སྟོང་རུ་ཐལ་འཚུབས་ཉིལ་ལེར་ སྤྱི་ལ་དཀྱང་བཅའ་ནས་བསྐྱད་དགོས་པ་
ཞིག་རེད། །

འཛིག་རྟེན་མྱི་ཡུགས་ཤེས་ན་མཁས་པ་རེད།

2023.1.31

གསེར་རྟ་མཁན་པོ་འཛིགས་མེད་ལུན་ཚོགས་ཀྱི་སྐུ་པར་དེ་གཙོ་པོ་བྱས།
 གྲུབ་མཐའ་གཞན་དག་གི་སྤྲེལ་མ་རྣམས་ཀྱི་སྐུ་པར་དེ་འཁོར་རུ་བཞག་སྟེ་
 བསྐྱེགས་པའི་པར་རིས་ཞིག་ལོ་ཤས་སྟོན་ནས་བྲུ་ཐོག་ཏུ་བཏང་སོང་། སྐབས་
 དེར་ངས་གསེར་རྟ་སྐར་ཟེར་བ་དེར་སྟོགས་མང་པོ་ཞིག་ནས་ཡོང་བའི་གྲུ་
 པའི་ནང་རུ་ཡོན་ཏན་ཡོད་མེད་ཀྱི་རིགས་མི་འདྲ་བ་མང་པོ་ཞིག་ཡོད་ངེས་
 པས། འདི་རང་གི་སྤྲེལ་མ་ལ་ཆེ་བསྟོད་ཆེད་རུ་ཡོན་ཏན་མེད་པའི་གྲུ་པ་དེ་དག་
 གིས་བཟོས་པའི་ཚོར་སྤང་ཞིག་བྱུང་བས་དོ་སྤང་མ་བྱུང་། ཉེ་ཆར་སྐར་ཡང་
 རྒྱ་བའི་ཐོག་ཏུ་པར་འདི་བརྒྱད་གཏོང་མང་པོ་བྱེད་ཅིང་ཡོད་པ་ལ་མཁན་པོ་
 མཁས་པ་དེ་དག་གིས་སྟོབ་གསོ་མི་གནང་བ་ད་རུང་ལུ་མཐུད་ནས་སྟོད་ངན་
 འདི་འདྲ་བྱབ་སྟེལ་གཏོང་བ་ལ་ཡ་མཚན་སྟུམ་ཞིང་། བོད་རིགས་གཞན་ཏུ་
 རྣམས་ལ་བོད་ཀྱི་སྟོལ་རྒྱན་རིག་གནས་ནང་རུ་སྤྲེལ་མའི་གདན་ཐོབ་ཇི་ལྟར་
 ཡོད་པའི་སྟོར་མདོར་བསྟུས་ཤིག་དོ་སྟོད་དགོས་པར་མཐོང་ནས་གསལ་
 བཤད་འདི་བྱས་པ་ཡིན། བོད་ཟེར་བ་དེ་མི་རིགས་རྒྱིང་པ་ལོ་རྒྱུས་ཡུན་རིང་
 ཡོད་པ་དང་། རིག་གནས་རྒྱིང་པ་གཏིང་ཟབ་པོ་ཡོད་མཁན། དེར་རུས་སྐད་
 ཆ་ལྟར་ན་དཔལ་ཡོན་ལྷན་པའི་མི་རིགས་རྒྱིང་པ་ཞིག་རེད། དེ་ལྟར་ལོ་རྒྱུས་
 དང་རིག་གནས་རྒྱིང་པ་ཡོད་པའི་མི་རིགས་ཤིག་ཡིན་ན་མི་ལ་མགོ་སྐྱེ་སྤྲུག་
 གསུམ་དང་། ས་ལ་རི་ཐང་གཤིས་གསུམ་ཟེར་བའི་ཡ་རབས་སྟོལ་རྒྱན་གྱི་གོ་
 རིམ་ཞིག་ཡོད་པ་རེད། གོ་རིམ་སྟར་ལག་ལེན་བྱས་ན་འཛིག་རྟེན་པའི་
 མིག་ལམ་རུ་ཡང་འཇར་མོ་ཞིག་ཡོད་རེད། གོ་རིམ་མེད་པའི་ལས་ཀ་བྱེད་
 མཁན་དེ་སྟོན་པ་དང་བཟེལ་གཉིས་རེད། རྒྱ་མཚན་དེ་ལ་བརྟེན་ནས་པར་

རིས་འདི་ལ་ངས་འགྲེལ་བཤད་བྱ་དགོས་པའི་རྒྱ་མཚན་ནི་པོད་རིགས་གཞོན་
ཅུ་ནམས་ལ་པོད་ཀྱི་སྤྱི་ཚོགས་རིག་གནས་དོ་སྤྱོད་བྱ་བའི་ཆེད་དུ་ཡིན།

གཞིགས། གླུ་མ་ལ་མོས་བྱས་ནི་ཡོན་ཏན་ཆེ་ཤོས་རེད།

༡ རང་གི་སླ་མ་ལ་སངས་རྒྱས་ལས་ལྷག་པའི་འདུ་ཤེས་ཀྱི་དད་པ་བྱས་ན་
ཡོན་ཏན་ཆེན་པོ་རེད། རྒྱུད་ལས། གང་གིས་བསྐྱེད་པ་བྱེ་བ་དུ། ལྷ་སྐྱ་
འབྲུམ་ཕྱག་བསྐྱོམས་པ་ལས། གླུ་མ་སྤང་ཅིག་དུན་པ་མཚན་གཅིག་གསུངས།
རྩི་ཆོད་ཆང་པའི་ཞལ་ནས། བསྐྱེད་རིམ་བསྐྱོམ་པ་མང་ལགས་ཀྱང་། གླུ་མ་
སྐྱོམ་པའི་གོང་ན་མེད། ཅེས་གསུངས། དེ་བཞིན་དུ་འབྲི་གུང་སྐྱོབ་པ་རིན་པོ་
ཆེས་ཀྱང་། གླུ་མ་སྐྱ་བཞིའི་གངས་རི་ལ། མོས་གུས་ཀྱི་ཉི་མ་མ་ཤར་ན། །
ཕྱིན་རྒྱབས་ཀྱི་རྒྱ་རྒྱན་མི་འབེབས་པས། ཤེམས་མོས་གུས་འདི་ལ་ནན་ཏན་
མཛོད། ཅེས་སོགས་སྟོན་ཕྱོད་དམ་པ་ནམས་ཀྱིས་སླ་མ་བཅོས་མིན་གྱི་མོས་
གུས་བྱེད་པ་དེ་ལས་ཕྱིན་རྒྱབས་ཆེ་བ་དང་། དེ་ལས་བསོད་ནམས་ཆེ་བ། དེ་
ལས་ཡོན་ཏན་ཆེ་བ་མེད་གསུངས་ཡོད། གསེར་རྟ་སྤྱང་སྤར་ནང་འཇིགས་
མེད་ཕུན་ཚོགས་ལ་བྲི་དགུ་བཅེགས་ཐོག་དུ་བཞུགས་ཤིང་། གདུགས་བརྩ་
བཅེགས་སྤུབ་ན་མ་འོས་པ་དང་མི་འགྲིག་པ་རྩ་བ་ནས་ཡོད་མ་རེད།

གཞིགས། གླུ་མ་མོས་ཐང་ཆོད་བྱེད་ཀྱི་ལག་ཆ་བྱས་ན་ཞོར་འབྱུལ་རེད།

༡ སྤྱོད་བསམ་ཁོ་ནའི་སྟོན་སླ་མའི་ཐོབ་ཐང་དང་ཡོན་ཏན་ལ་ཚོད་པ་
ནི་འབྲུལ་རྟོགས་རེད། པར་རིས་འདི་ནི་སླ་མའི་སྐྱ་པར་བེད་སྤྱད་ནས་སྤུབ་
མཐའི་བྲི་ཐོབ་ཚོད་པ་བྱེད་པའི་ལག་ཆ་ཞིག་རེད། གླུ་མས་ཆེད་ཆས་བྱས་ན་
སླ་མ་ལ་མ་གུས་པ་རེད། དགོངས་པ་དང་མི་མཐུན་པའི་ལས་བྱས་ན་དམ་
ཆོག་འགལ་བ་རེད། གྲུབ་མཐའ་རིས་མེད་ཀྱི་སླ་ཆེན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་གོང་དུ་
རང་གི་སླ་མའི་པར་བཞག་ནས་སྤེལ་བ་ནི་སྟོན་པའི་ལས་ཀྱི་རེད། འབྲུབ་
ཐབས་མེད་པའི་སྤྱོད་བསམ་རེད། གཏི་མུག་གི་ལས་དེ་གཞན་ལ་ཁོང་སྟོ་བའི་
རྒྱ་ཆགས་སྤྱིད། པོད་ཀྱི་སླ་ཆེན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་གོང་དུ་འཇིགས་མེད་ཕུན་
ཚོགས་ཡོད་ཁྱོད་རང་གིས་བསྐྱོམས་ན་མི་འགྲིག་པ་མེད་ཀྱང་། ངག་ནས་

བརྗོད་པ་དང་པར་རིས་གཏོང་བ་སོགས་ནི་ངོ་ཚ་མེད་པའི་ལས་ཀ་རེད། དེ་
བཞིན་རྩལ་ལྡན་ཁྱིམ་སྒོ་གྲོས་གྱི་པར་ཞིག་བྲི་ཐོག་ནས་ཁ་མར་སྒྲིགས།
དེའི་མཐུན་ན་ཐུབ་བསྟན་ཐུན་ཚོགས་གྱི་པར་རིས་ཞིག་ཁ་ཡར་སྒྲིགས་ནས་
གུས་ཞབས་བྱས་པའི་རྩལ་ཅན་ཞིག་གི་པར་རིས་ཤིག་བཟོས་ནས་གཏོང་
བཞིན་ཡོད་འདུག །ང་ལ་དབང་དུང་བྱིན་རྒྱལ་བ། བཀའ་བསྟོན་པ་བཞག་གང་
ཡིན་ན་ཁྱོད་རང་ཚོ་སེམས་ལ་བསྟོམས། སྟོན་ལམ་བརྒྱབ་ན་འགྲིག་གི་རེད། ང་
ནི་འདི་ལ་སོང་སྟོང་ཞེས་པ་གང་ཡང་མེད་ཀྱང་། ཁྱོད་རང་ཚོས་འདི་ལྟ་
བུའི་པར་རིས་བསྒྲིགས་སྒྱུར་བཏང་ན་ངོ་ཚ་ཁ་སྐྱེད་ས་དགོས་པའི་ལས་ཀ་རེད།
དེ་བཞིན་རྩལ་ལྡན་ལོ་སར་ལོ་སར་ཉེར་དགུའི་དགུ་ཐུག་གི་སྤྱད་ནང་རྩལ་བསྟན་
ཐུན་ཚོགས་དང་། སླ་བྱང་སྐལ་བཟང་། རྩ་དཔལ་འབར། བོང་རྩི་རྣམས་
མཐའི་རྒྱ་མཚའི་པ་རོལ་རྩལ་ཅིང་རྒྱ་མཚའི་བྱེ་མ་རྩི་ལ་མ་འཁྱུར་བར་རྩལ་
སྤྱོད་མི་འོང་བའི་སྟོན་ལམ་བརྒྱབ་སོང་ཀྱང་ད་ལོ་ང་ཚོ་དེ་བས་ལྷན་ཁམས་
བདེ་ཐང་རྩལ་གནས་ཡོད། བོད་ལ་གཏམ་དཔེ་ཞིག་ཡོད་པ། ཚམས་པ་རང་
གིས་ཟ། ཚམས་ཁྲག་མའི་ལག་མགོར་བཀོན། ཟེར་བ་ལྟར། ལྟ་སའི་སྤྱད་གྱི་ཐོག་
ནས་འཁྲབ་སྟོན་བྱས་སོང་ཡང་། ང་ཚོས་ཁམས་པའི་དབྱས་སྤྱད་དེ་ལས་སླ་
མོས་ངོས་འཛིན་བྱེད་ཐུབ་སྟབས་དབྱས་པའི་མི་ཞིག་ཡིན་པའི་དོག་སྟོང་ཙམ་
ཡང་མ་བྱུང་། འོན་ཀྱང་ཁྱོད་རང་ཚོས་བོང་རྩི་ལ་སོགས་པའི་མི་གཞན་དག་
གི་མིང་མ་བཏོན་ན། མི་གཞན་དག་གིས་དབྱས་གཙང་གི་མི་ཞིག་གིས་མཐུ་
གཏོང་འདུག དྲན་སྲིད། བོང་རྩིའི་མིང་བཏོན་པ་ནས་མཐུ་བྱེད་མཁན་
གསེར་རྩ་སླ་བྱང་སྐར་ཡིན་པ་གསལ་བོར་ཤེས་ཚར་པ་རེད། བོང་རྩིས་ས་སྒྱུ་
དང་། དགེ་ལྷགས། བཀའ་བརྒྱད་པ་ལ་དགག་པ་ཡོད་མ་རེད། རྟིང་མ་སྒྱིལ་
དགག་པ་ཡོད་མ་རེད། བོང་རྩིའི་དགག་ལྷལ་དེ་གསེར་རྩ་སླ་བྱང་སྐར་ཁོ་ན་
རེད། རྒྱ་མཚན་དེས་མཐུ་གཏོང་མཁན་སྤྱི་ཡོད་གསལ་བོར་སྟོན་ཟིན། །

གསུམ། ཚེས་ཕྱིད་རྒྱང་འབྲེལ་གྱི་སླ་མའི་བྲི་ཐོག་གསལ་བོ་ཡོད།

དགའ་ལྷན་ཕོ་བྲང་གི་ལམ་ལྷགས་འོག་རྩལ་སྤྱོད་སྒྱིའི་སླ་ཚེན་རྣམས་ལ་བྲི་ཐོག་

མི་འདྲ་བ་མང་པོ་ཡོད་རེད། རྒྱལ་པའ་ནམ་གཉིས་དང་། རྒྱལ་ཆ་བ་སྤུལ་སྤྱ།
 ཐོད་ཀྱི་སྤྱ་ཆེན་བཞི་བེར་བ་དེའི་ནང་དུ་ཀམ་པ་དང་། ས་སྤྱ་གོང་མ་ཡོད་
 རེད། རྒྱིང་མའི་སྤྱ་མ་གཅིག་ཀྱང་ཡོད་མ་རེད། དེ་དག་ལ་འང་རང་རང་གི་
 ཁྱི་ཐོབ་མི་འདྲ་བ་ཡོད་རེད། གོང་ཁྱུས་ལྟར་སེམས་ནང་དུ་རང་གི་སྤྱ་མ་དེ་
 གོང་གསལ་སྤྱ་མ་དེ་དག་ལས་གལ་ཆེ་བ་ཞིག་བཅིས་ཏེ་སྤྱི་ཐོབ་གཙུག་དུ་
 བསྐྱེམ་ན་མི་འགྲིག་པ་གང་ཡང་ཡོད་མ་རེད། འོན་ཀྱང་ཁ་ནས་དེ་ལྟར་
 བཤད་པ་དང་། བར་དང་རི་མོ་བསྒྲིགས་པ་ནི་ཕ་མ་ཡོན་ཏན་མེད་མཁན་གྱི་
 འཁྲིས་སྤྱ་སྤྱེས་ཞིང་། སྤྱ་མ་ཡོན་ཏན་མེད་པའི་མཉམ་དུ་ཡ་རབས་སྤྱོད་བཟང་
 ལུགས་ཀྱི་སྤྱོད་གསོ་ཐོབ་མ་ཚུང་པའི་རིགས་ཤིག་ཡིན་པ་རྗེས་སྤྱད་པོགས་སྤྱབ་
 པ་ཞིག་རེད།

བཞི། ལྷུང་མཁའ་མོ་མོའི་སྤྱ་མའི་ཁྱི་ཐོབ་ཡོད།

འཇིག་རྟེན་མཁའ་མོ་མོའི་རང་ལུགས་ཀྱི་སྤྱ་ཆེན་ནམས་ལ་ཁྱི་ཐོབ་རིམ་པ་མི་
 འདྲ་བ་ཡོད་རེད། དཔེར་ན། དགེ་ལུགས་པ་ལ་གདན་ས་ཆེན་པོ་སེ་འབྲས་
 དགའ་གསུམ་ལ་རང་རང་གི་སྤྱ་ཆེན་ནམས་ལ་ཁྱི་ཐོབ་རིམ་པ་མི་འདྲ་བ་སོ་
 སོ་ཡོད་རེད། དེ་བཞིན་དུ་བཀའ་བརྒྱུད་པ་ལ་གདན་ས་གཙོ་བོ་གོང་འོག་
 བར་གསུམ་གྱི་དགོན་པའི་ནང་དུ་རང་རང་གི་དགོན་པའི་ཁྱི་ཐོབ་མི་འདྲ་བ་
 ཡོད་རེད། ས་སྤྱ་པའི་གདན་ས་གཙོ་བོ་ས་ངོར་ཆར་གསུམ་ལ་རང་རང་གི་སྤྱ་
 གདན་ཐོབ་རིམ་པ་མི་འདྲ་བ་ཁག་གཅིག་ཡོད་རེད། དཔེར་ན། བཀའ་བརྒྱུད་
 པ་སྤྱིའི་སྤྱ་མའི་གདན་ཐོབ་དང་པོ་རྒྱལ་བ་ཀམ་པ་ཡིན་ནའང་དགོན་ཁག་སོ་
 སོའི་རང་དགོན་གྱི་སྤྱ་མ་གདན་ཐོབ་མི་འདྲ་བ་རིམ་པ་ཁ་ཤས་ཡོད་པ་རེད།
 དཔལ་སྤངས་དགོན་པ་ལྟ་བུ་ལ་མཆོན་ན། གདན་ཁྱི་དང་པོ་སེ་དུ་རིན་པོ་ཆེ།
 གཉིས་པ་གོང་སྤུལ་རིན་པོ་ཆེ། གསུམ་པ་དཔོན་ཆུན་རིན་པོ་ཆེ། བཞི་པ་བེ་
 རི་མཁྱེན་བཅེ་རིན་པོ་ཆེ་སོགས་སྤུལ་སྤྱ་འགའ་ཞིག་ཡོད་ལ། དེ་ནས་རྩི་རྩེ་
 སྤྱོད་དཔོན། དེ་ནས་དབུ་མཛེད་བཅས་ཀྱི་ཁྱི་ཐོབ་གཏན་འཁེལ་ཡོད་པ་རེད།
 འཇིགས་མེད་སྤུན་ཚོགས་ལྟ་བུ་ཞིག་དེར་ཕེབས་ན་རྩི་རྩེ་སྤྱོད་དཔོན་འོག་དུ་

རབ་ན་འབོལ་ཁ་གང་མ་གཉིས་བརྟེན་གྱི་བྲི་ཞིག་དང་། དེ་ལས་ཞན་ན་གྲ་
པལ་ཆེ་ལས་མཐོ་བའི་འབོལ་ཁ་གང་མའི་གདན་བྲི་ཟེར་བ་ཞིག་ཡོད་རེད།
དེ་དགོན་པའི་ལྷགས་སྒྲིལ་རེད། དགོན་ཆེན་རྣམས་ཀྱིས་ལྷགས་སྒྲིལ་དེ་ལས་
བཀལ་བའི་སྡེ་ལོན་ཞིག་བྱེད་སྒྲིལ་ཡོད་མ་རེད།

ཆ། རྟིང་མ་རང་གི་རྩ་མའི་སྤྱོད་གཏན་འཁེལ་ཡོད།

རྟིང་མ་ལའང་གདན་ས་རྒྱ་གི་བྲེ་མ་རྣམས་རང་རང་གི་བྲི་ཐོབ་རིམ་པ་
མི་འདྲ་བ་ཡོད་རེད། རྟིང་མ་རང་གི་ནང་ལའང་གནའ་རྒྱས་སྟོང་ན་རྟོར་
སྟོན་གཉིས། བར་ན་ཞི་རྩོགས་གཉིས། སྤང་ན་ཀ་དཔལ་གཉིས་དང་རྒྱ་ཟེར་
སྒྲིལ་ཡོད་པ་དེ་དག་རང་རང་གི་དགོན་བདག་སྐྱུ་ལ་རྣམས་ལ་བྲི་ཐོབ་མི་
འདྲ་བ་རེ་ཡོད་པ་དེ་དག་གི་བྲི་དང་པོའི་ཐོག་རྒྱ་གདན་དྲངས་མི་སྲིད་པ་མ་
ཟད། དེའི་འོག་གི་བྲི་གཉིས་པ་གསུམ་སོགས་ལ་གདན་དྲངས་འོས་མིན་མ་
ངེས། ཁམས་སྒྲིགས་སུ་རྟིང་མའི་དགོན་ཆེན་བཞི་པར་སྤྱད་འཕྲོས་གཞན་རྟིང་
མའི་དགོན་རྒྱུ་རྣམས་ཀྱི་གདན་བྲི་དང་པོའི་ཐོག་རྒྱ་གདན་དྲངས་མིན་ནི་
དགོན་པ་དེ་དང་འབྲེལ་བ་བཟང་ངན་ལ་རག་ལས་ཡོད་པ་ཞིག་རེད་སྟེ།
གནས་ཚུལ་དེ་མ་ཤེས་པར་ཤོག་བུའི་ངོས་སུ་དྲིལ་བསྐྱགས་ནི་ཆོང་ཇུས་དྲིལ་
བསྐྱགས་བྱེད་སྐྱེད་ཀྱི་རྣམ་པ་ཞིག་རེད།

ལས་ཀ་འདི་འདྲ་བྱེད་པ་དེ་མ་རབས་ཀྱི་སྟོང་པ། ཡོན་ཏན་མེད་པའི་སྟོང་
པ། འབྲས་བུ་ཐོབ་རྒྱ་མེད་པའི་སྟོང་བསམ་སྲིར་སྟོན་པའི་སྟོན་རྟགས་ཞིག་
རེད། སྐབས་དེར་ངས་སྤྱིར་བྲེ་བྱང་དེ་སྤར་ཆེན་པོ་དང་། མི་མང་པོ་ཡིན་
སྟབས་ཀྱི་པ་ཡོན་ཏན་མེད་མཁན། རོ་དགའ་འཁྲབ་མཁན་དེ་འདྲ་ཞིག་གིས་
བཅོས་ཡིན་བཞིན་པའི་བསམ་ནས་ང་ལ་དོ་སྣང་ཞི་དྲག་མ་བྱུང་། འོན་ཀྱང་ལོ་
ཁ་ཤས་འདས་ཟིན་པའི་རྗེས་སུ་འང་ད་དྲང་ཡང་ཡང་བྱེད་བསྐྱགས་བྱེད་
སྐབས་མཁན་པོ་མཁས་པ་དེ་དག་གིས་སྒྲིབ་གསོ་མི་གཏོང་བ་དེ་ང་ལ་མཆོན་
པོ་ཞིག་བྱུང་། དེས་ན་ངས་སྒྲིལ་རྒྱ་གྱི་ལྷགས་སྒྲིལ་འདི་ངོ་སྟོང་མདོར་
བསྐྱས་ཤིག་བྱས་པ་ཡིན།



ཐོད་གྱི་སྤྱི་ཚོགས་མི་བསམ་སྤྱོད་ལ་སྤྱོས་དང་།

བྱད་མེད་ལ་མཐོང་རྒྱུ་ནི་ལ་མ་ལ་མཐོང་རྒྱུ་རེད།

2023.3.14

བྱད་མེད་ལ་མཐོང་རྒྱུ་བྱེད་པ་ནི་རང་གི་ལ་མ་ལ་མཐོང་རྒྱུ་རེད། དེ་ནི་སྤང་
སྤོའི་ལྷ་སྤྱོད་ཅིག་རེད། བྱད་མེད་ཀྱི་མདོ་སྤྲུལ་སྤྲུལ་གཉིས་ཀྱི་གཞུང་དང་འགལ་བ་
ཞིག་རེད། ཉེ་ཆར་བོད་ཀྱི་དགོན་པའི་ནང་དུ་བྱད་མེད་འགོ་མི་ཆོག་ཅེས་པའི་སྤང་
ཡིག་སྤྱུར་བའི་ལྷ་ཁང་ཁ་ཤས་ཤིག་ནང་དུ་ཁམས་པ་བྱད་མེད་ཅིག་གིས་དགོན་
པའི་སྤང་མ་དང་ཁ་ཚུད་ཅུང་ཟད་ཅིག་ཤོར་བ། བྱད་མེད་དེས་བྱད་མེད་འགོག་
བྱེད་ཀྱི་སྤང་བྱེད་གི་པར་དང་། མོ་རང་གི་བསམ་འཆར་བཅས་ངའི་སྤང་འཕྲིན་
ནང་དུ་བཏང་བྱུང་། རུས་རབས་ཉེར་གཅིག་པའི་ནང་དུ་སྤྱོད་ངན་འདི་འདྲ་
བོད་ཀྱི་དགོན་པ་དང་། ཐ་ལིན་པན་གཉིས་ཀྱི་ནང་དུ་མ་གཏོགས་མཐོང་རྒྱུ་མེད་
པ་ཞིག་རེད་སྤྲུམ། གནའ་རུས་བོད་ཀྱི་དགོན་པའི་སྤང་མའི་ལྷ་ཁང་ནང་དུ་བྱད་
མེད་འགོ་མི་ཆོག་པའི་བཀག་སྤོམ་ཡོད་ཀྱང་འདི་ནི་པལ་ཆེར་རྒྱ་གར་གྱི་དམངས་
སྤོམ་བོད་དུ་དར་བ་ཞིག་ཡིན་པར་སེམས། སངས་རྒྱས་ཤུག་ལུ་པའི་ཆོས་ལུགས་
ནང་དུ་བྱད་མེད་ལ་མཐོང་རྒྱུ་མེད་པ་མ་ཟད། གནའ་བོའི་རུས་དུ་རྒྱ་གར་ལུ་
དུ་གུ་ལ་རིམ་གྱི་དབྱེ་བ་དང་། མོ་མཆོག་མོ་དམན་གྱི་ལུགས་སྤོམ་ལུགས་ཆེན་པོ་
ཡོད་པའི་སྤྲུལ་སྤྱུ་ སངས་རྒྱས་རང་ཉིད་རྒྱལ་སྤྱུ་གྱི་ཐོབ་ཐང་ཐོག་ནས་མོ་མོ་
འདྲ་མཉམ་ཡིན་པའི་ལྷ་བ་དང་ལུགས་སྤོམ་ཐོག་མར་བྱུང་བསྐྱུགས་གནང་མཁན་
དེ་རེད། སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཞལ་ནས། ངའི་ཆོས་འདི་རིགས་མི་གཙོ། རུས་མི་གཙོ།
མོ་མོ་བྱད་མེད། གང་ཟག་སྤྱུས་ཉམས་སྤྱུས་སྤངས་ན་དེ་ལ་འབྲས་སྤྱུ་ཐོབ་གསུངས་
པ་རེད། རིགས་རུས་དང་གུ་ལ་རིམ་གྱིས་དབྱེ་བས་བསྐྱུགས་པའི་རྒྱ་གར་གྱི་སྤྱི་
ཆོག་ནང་དུ་ཆོང་མ་འདྲ་མཉམ་གྱི་ཆོས་ལུགས་ཤིག་དར་སྤོམ་གནང་བ་ལ་
བརྟེན་ནས་སྤྲུལ་སྤྱུ་དེ་དམངས་རིགས་དང་། གདོལ་པ། བྱད་མེད་ལ་སོགས་རུས་
རྒྱུ་མཐོང་རྒྱུ་གི་ལུ་དུ་གུར་པ་དེ་དག་ལ་འདྲ་མཉམ་གྱི་གོ་སྤྲུལ་ཤིག་ཐོབ་

པས་རུས་ཡུན་བྱང་བྱའི་ནང་རུ་ནང་ཚོས་ལ་འཁྱུགས་མཁན་མང་པོ་བྱང་སྟེ་རྒྱ་
 གར་ཡུལ་རུ་ནང་ཚོས་སྤྱིང་རུ་འཕེལ་རྒྱས་བྱང་ཡོད་པར་འདྲ། གསང་སྤྱགས་
 ཀྱི་འཁྱུགས་ལ་དེ་བས་ཀྱང་བྱང་མེད་ལ་མཐོང་རྒྱུད་མི་བྱང་སྟེ། སྤང་བྱ་ཚ་
 རྒྱང་བརྒྱ་བཞི་ཡོད་པ་ལས། ཤེས་རབ་རང་བཞིན་བྱང་མེད་ལ། །བརྟན་པ་བྱ་
 བ་བརྒྱ་བཞི་པ། ཞེས་གསུངས། དེའི་འགྲེལ་པ་ལས། བརྒྱ་བཞི་པ་ནི། ཡུལ་བྱང་
 མེད་སྟེ་ལ་ཞེ་ནས་སྤྱོད་པའི་བསྟིང་ཚིག་བརྗོད་ན་རྒྱང་བར་གྱུར་ཏེ། ཡན་ལག་
 ཡུལ་བྱང་མེད་སྟེ་ལ་བསམ་པ་ཞེ་ནས་སྤྱོད་ཚིག་བརྗོད་པའོ། །ཞེས་པ་ལྟ་བུ་
 རེད། གནའ་པོའི་རུས་སུ་བྱང་མེད་ལ་མཐོང་རྒྱུད་བྱང་པ་དེ་འཛམ་གླིང་ཤར་
 རུབ་ཐམས་ཅད་ལ་དར་སྟོལ་བྱང་ཡོད་ལ། རུབ་སྟོགས་རྒྱལ་ཁབ་ཁག་རྒྱ་ཚོས་
 སྤྱིང་བྱང་འབྲེལ་གྱི་དབང་སྐྱར་འོག་རུ་བྱང་མེད་ལ་མཐོང་རྒྱུད་གི་བྱ་སྤྱོད་སྤྱི་
 ཚོགས་བྱང་སྤྱོད་ཡོད། འོན་ཀྱང་རུས་རབས་བརྒྱ་བརྒྱན་དང་བཙོ་བརྒྱད་པའི་
 རང་རུ་ཡོ་རོབ་ཡུལ་རུ་གསར་བརྗེ་ལངས་ཏེ། ཚོས་སྤྱིང་བྱང་འབྲེལ་གྱི་སྤྱིང་
 དབང་མགོ་ཉིང་སྟོག །སྤར་གྱི་འཁྱུགས་སྟོལ་ངན་པ་ཐམས་ཅད་ཚ་མེད་བཏང་
 བས་བྱང་མེད་རྣམས་ལ་བཅིངས་འགྲོལ་ཐོབ་མ་ཟད། བྱང་མེད་ལ་གུས་ཞབས་
 བྱ་བའི་འཁྱུགས་སྟོལ་ཆགས་ཏེ་དེང་རུས་ཁང་པའི་སྤྱོད་ང་། མོ་ཁྱའི་ནང་རུ་
 འཇུལ་སྐབས་བྱང་མེད་སྟོན་ལ་ཕེབས་ཟེར་ནས་ལམ་གཟུར་བའི་འཁྱུགས་སྟོལ་
 འདི་ཆགས་ཡོད་པ་རེད། དབྱིན་སྐད་རུ། Ladies first རྒྱ་སྐད་རུ། 女士优先
 先 ཟེར་བ་འདི་ཆགས་པ་རེད། ཐོད་སྐད་ནང་རུ་ཚིག་འདི་ད་ལྟ་འང་གཏན་
 འཕེལ་བ་དང་གཅིག་གྱུར་ཅན་ཞིག་བྱང་མེད་པ་ནི། ཐོད་ཀྱི་སྤྱི་ཚོགས་ནང་རུ་
 སྟོལ་ངན་འདི་ད་ལྟ་འང་གནས་ཡོད་པའི་རྟགས་མཚན་ཞིག་རེད། རྒྱ་ནག་
 ཡུལ་རུ་གནའ་པོའི་རུས་སུ་བྱང་མེད་ལ་མཐོང་རྒྱུད་བྱང་པའི་འཁྱུགས་སྟོལ་
 རྒྱགས་ཆེན་པོ་ཡོད་པར། དཔེར་ན། 女子无才便是德 དེ་ཐོད་སྐད་རུ།
 ཡོན་ཏན་མེད་པ་དེ་བྱང་མེད་ཀྱི་ཡོན་ཏན་ཡིན། ཞེས་བྱང་མེད་ལ་ཡོན་ཏན་
 གང་མེད་ན་སེམས་ཅན་ལྟར་བདག་རུ་བྱ་བ་དེ་བ་ཡིན་པའི་བསམ་པ་ཡོད་
 རེད། དེ་བཞིན་རུ་བྱ་མོ་རྒྱུད་རྒྱུད་སྐབས་སུ་རྒྱང་མགོར་གོ་དམར་གྱིས་

བདུམས་ནས་རྒྱུ་ལག་སྐྱེ་འབེལ་མི་ཐུབ་པ་བྱས་པ་ལ། རྒྱལ་བྱེད་སྐྱེ་མ་
 ཟེར་བ་དེ་འདྲ་བྱས་ཡོད་པ་རེད། ཟ࿳་ལོ་༡༩༧༧ལོའི་ཟ࿳་བ་༥པའི་ཚེས་༥ཉིན། བེ་
 ཅིང་རུ་སློབ་མ་གཞོན་རུ་ཆམས་དམངས་གཙོའི་ལས་འགུལ་སྤེལ་ནས་འཛམ་སྐྱིད་
 རྒྱུ་ལག་སྐྱེ་ཡོད་པའི་ལྷ་བཞི་ལས་འགུལ་ཟེར་བ་དེ་ལངས། དེ་ནས་བཟུང་
 གྲུང་གོའི་སྤྱི་ཚོགས་འདི་དམངས་གཙོ་དང་རང་དབང་། འདྲ་མཉམ་གྱི་མདུན་
 ལམ་ཐོག་རུ་བསྐྱོད་པའི་འགོ་ཚུགས་པ་རེད། ཟ࿳་ལོ་༡༩༧༩ལོའི་ཟ࿳་བ་༡༠ པའི་ཚེས་༡
 ཉིན་གྲུང་དུ་མི་སྤྱི་མཐུན་རྒྱལ་ཁབ་དབུ་བརྟེན་པའི་མཛད་སྒོ་ཐོག་རུ། མའོ་གུའུ་
 ཞིའི་ཡིས་ཕོ་མོ་འདྲ་མཉམ་དང་། བུད་མེད་ནི་གནམ་ས་ཐུད་བཀོས་གྱི་བདག་པོ་
 ཡིན་པ་དེལ་བསྐྱགས། དེ་ནས་བཟུང་གྲུང་དུ་མི་དམངས་སྤྱི་མཐུན་རྒྱལ་ཁབ་གྱི་
 མངའ་ཁོངས་སུ་ཡོད་པའི་མི་རིགས་ལྷ་བརྒྱ་དང་རྒྱག་གི་བུད་མེད་ཡོངས་རྫོགས་ལ་
 ཕོ་མོ་འདྲ་མཉམ་གྱི་ཐོབ་ཐང་དང་། གནམ་ས་ཐུད་བཀོས་གྱི་བདག་པོ་ཞེས་པའི་
 མཚན་གནས་ཐོབ་ཡོད་པ་རེད། བོད་གྱི་དགོན་པའི་ནང་རུ་ཚོས་སྤྱི་ཟུང་འབེལ་
 གྱི་ཕོ་མཚོག་མོ་དམན་གྱི་ལྷ་བ་དང་། བུད་མེད་ཆམས་སྐྱུང་མ་ཁང་གི་ནང་རུ་
 འགོ་མི་ཚོག་པའི་ལྷགས་རྟིང་དེ་དག་ཙམ་ནས་མེད་པར་བྱས་པ་རེད། རུས་
 རབས་ཉི་ཤུ་པའི་ལོ་རབས་བརྒྱད་ཅུ་པར་གྲུང་གོའི་བཙོན་བསྐྱར་སྒོ་འབྱེད་གྱི་
 སྤྱིད་རུས་གསར་པ་ལ་བརྟེན་ནས་བོད་གྱི་དགོན་པ་ཆམས་རིམ་བཞིན་བསྐྱར་
 གསོ་བྱུང་བ་དང་། མི་དམངས་ཀྱིས་དཔལ་འབྱོར་དང་དལ་ཚལ་གྱི་འགོ་གོན་
 བཏང་སྤྱི་ལྷ་ཁང་གསར་པ་དང་། ལྷ་སྐྱ་གསར་པ་ཆམས་བསྐྱར་བཞེངས་བྱས་པ་
 རེད། འོན་ཀྱང་དེར་རུས་དགོན་པའི་ནང་རུ་བཞུགས་མཁན་གྱི་སྤྲ་མ་ཆམས་ཀྱིས་
 གནའ་བོའི་ལྷགས་ངན་བསྐྱར་གསོ་བྱས་ཏེ་དགོན་པའི་སྐྱུང་མའི་ཁང་རུ་བུད་མེད་
 ཆམས་འགོ་མི་ཚོག་པའི་སྤྱི་བྱང་འགེལ་ཡོད་པ་འདི་ནི། དེར་རུས་ཐ་ལིན་པན་
 དང་བོད་གྱི་དགོན་པ་གཉིས་ལྷ་བ་གཅིག་མཚུངས་བྱང་ཡོད་པའི་དཔང་རྟགས་
 ཤིག་རེད། སྤྱི་ལྷ་རྒྱན་རིག་གནས་སྐྱུང་སྐྱོབ་དང་དར་སྤེལ་ཟེར་བ་དེ་ལ་གོ་བ་ཡག་
 པོ་ཞིག་ལེན་དགོས། བོད་མི་དམངས་དང་སྤྱི་ཚོགས་ལ་ཕན་པའི་རིག་གནས་
 རྟིང་པ་ཆམས་སྐྱུང་སྐྱོབ་དང་དར་སྤེལ་གཏོང་དགོས་པ་བཤད་མ་དགོས་པ་རེད།

འོན་ཀྱང་བསྐལ་པ་ཡ་ཐོག་ནས་བྱང་བའི་ཚོངས་དང་དང་། རྗེས་ལུས་ཀྱི་
 བསམ་སྒོ་དེ་དག་ནི་མི་རིགས་དང་སྤྱི་ཚུགས་ལ་གནོད་པ་ཡོད་སྟབས། འཛམ་
 སྤྱིང་མི་དམངས་ཡོངས་ཀྱིས་རིམ་བཞིན་གད་སྟེགས་ཀྱི་ནང་དུ་སྦྱེལ་ཞིང་ཡོད་
 པ་རེད། ང་ཚོ་པོད་ཀྱི་རིག་གནས་ལའང་དེ་བཞིན་དུ་རྗེས་ལུས་ཀྱི་རིག་གནས་
 དང་གོམས་སྒོལ་ངན་ནམས་མེད་པ་བྱ་དགོས་པ་ཞིག་རེད། དཔེར་ན།
 དགོན་པའི་ནང་དུ་བྱད་མེད་འགོ་མི་ཚོག་ཟེར་བ་དང་། སྤྱི་མ་གྱི་མཐོན་པའི་
 ཐོག་དུ་བསྐྱད་ཅིང་མི་དམངས་ཐང་དུ་ཐལ་འཚུབས་ཉིལ་ལེ་བསྐྱད་པའི་སྒོལ་
 འདི་དག་གད་སྟེགས་ནང་དུ་སྦྱེལ་དགོས་ངེས་རེད།

པོད་རིགས་སྤྱན་ཟླ་ནམ་པ། བསམ་སྒོ་ཡག་པོ་ཞིག་ཐོངས་དང་། ཐ་ལིན་
 པན་གྱིས་བྱད་མེད་ལ་སྒྲོབ་སྒྱུར་བྱེད་མི་ཚོག་པ་དང་། སྤྱི་དང་ངོ་གདོང་ཕྱི་ལ་
 སྟོན་མི་ཚོག་པ་དེ་ལྷ་སྤྱོད་སྒྱུར་པ་ཡིན་པ་དང་། པོད་ཀྱི་དགོན་པའི་ལྷ་ཁང་ཁ་
 ཤས་ཀྱི་ནང་དུ། བྱད་མེད་འགོ་མི་ཚོག་ཟེར་བ་གཉིས་བྱད་པར་གང་འདུག །
 པོད་རིགས་བྱད་མེད་ནམས་ཐ་ལི་པན་དང་མི་འདྲ་བ་སྒྲོབ་སྒྱུར་བྱ་ཚོག་པ་དང་།
 ཕྱི་ལ་འབྲེལ་བ་རྒྱན་ལྡན་བྱེད་ཚོག་པ་རེད་ཟེར་ན། བྱད་མེད་ལ་བཅིངས་འགོལ་
 གཏོང་མཁན་ནི་གྲང་ཁན་ཏང་གི་སྲིད་རྒྱུས་རེད། བྱས་ཅང་དགོན་པ་ལ་དབང་
 ཆ་ཡོད་མ་རེད། ཁོ་རང་ཚོ་ལ་དབང་ཆ་རྒྱུད་ཟད་ཡོད་པ་དེ་ནི། དགོན་པའི་ནང་
 དུ་ཚོས་མཇལ་གཏོང་རྒྱ་དེ་རེད། གལ་སྲིད་ཁོ་ཚོ་ལ་དབང་ཆ་ཡོད་ན་བྱད་མེད་
 སྒྲོབ་སྒྱུར་བྱེད་མི་ཚོག་ཟེར་སྲིད་པ་ཞིག་རེད། ད་རུང་དེང་དུས་ཁམས་སྤྱོགས་ཀྱི་
 གོང་གསལ་འགའ་ཞིག་ན་བྱད་མེད་མནའ་མ་བཅན་གཏོང་བྱེད་མཁན་དང་།
 བཅན་བྲིད་བྱེད་མཁན་གྱི་ལྷ་སྤྱོད་སྒྱུར་པ་བརྟན་ཐུང་མཐོང་རྒྱ་ཡོད་པ་དེ་དག་
 མིག་གིས་བཟུ་མི་པོད་པ་ཞིག་རེད། རུབ་སྤྱོགས་པའི་མི་རིགས་དེ་དག་གིས་
 མཐོང་ན་ང་ཚོ་ལ་ལྟ་ཚུལ་དེ་ཐ་ལིན་པན་ལས་སྤྱག་པ་ཞིག་བྱེད་ངེས་རེད། དེས་
 ན་གོང་སྤུལ་རིན་པོ་ཆེས། རང་སྤྱོན་རི་བོ་ཅམ་ཡང་ཁོག་དུ་སྤྲས། །གཞན་སྤྱོན་
 ཉིལ་འབྲུ་ཅམ་ཡང་སྤྱག་ཅིང་སྤོད། །ཡོན་ཏན་རྒྱུད་ཟད་མེད་ཀྱང་བཟང་པོར་
 རྒྱུ་། །ཚོས་པའི་མིང་བཏགས་ཚོས་མིན་ཁོ་ནར་སྤོད། །ཅིས་གསུངས་པ་དེ་ད་ལྟ་

སྒྲོན་ཚུལ་སྒྲིང་བྱ་འགའ་ཞིག

མཁན་སྤྱལ་སྒྲིང་གིས་མ་དགོངས་པའི།
 གངས་ཅན་པོད་ཀྱི་གཞོན་ཅུའི་རིགས།
 ཚོངས་པའི་ཁྲོད་ནས་སད་པའི་ཐབས།
 ཤེས་རབ་རྩ་ཆེན་འདི་ནས་བརྒྱུངས།

ཉམ་ཐག་པོད་ཀྱི་སྒྲིང་ཡིག་ལ།
 འཇམ་སྒྲིང་ལོ་རྒྱུས་གནད་བརྒྱས་པ།
 བརྒྱུར་བའི་སྒྲིང་སྟོབས་འདི་འདྲ་བ།
 རང་ལ་ཞེན་པའི་མཐུ་རྩལ་དངོས།

མི་ཆེ་སྟོབ་གསའི་ལས་ལ་བྱེལ།
 རེ་བ་གཞོན་ཅུའི་ལུས་ལ་བཅངས།
 འཆི་ཡང་པོད་ཞེན་མི་གཏོང་བ།
 འཇམ་བཀྲ་པོད་ཀྱི་རྩོད་རིང་ཡིན།

ཞེས་པ་མཁས་དབང་འཇམ་དབྱངས་བཀྲ་ཤིས་ཀྱིས་འཇམ་སྒྲིང་ལོ་རྒྱུས་སྤྱི་བཤད་པོད་
 ཡིག་བརྒྱུར་ཞིང་དངོས་སུ་འགྲེམས་སྟེལ་བྱང་བ་ལ་ཤིས་ཚིག་གི་ཆེད་དུ། པོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་
 གྲྲ་བའི་རྒྱལ་ཁམས་པ་ཐུབ་བརྟན་ཐུན་ཚོགས་དེས་སྤྱི་ལོ་༡༠༢༩ལོའི་ཟླ་བ་དང་པོའི་ཚེས་༡༩
 ཉིན་གྱིས།

ཚོས་དང་ཚོས་མིན་འབྱེད་པའི་རྣམ་དཔྱད་ཡངས།
 སྒར་བརྒྱད་དགོངས་པའི་མན་ངག་ཐུགས་སུ་འབྱིལ།
 ལུང་རིགས་དབྱར་གྱི་རྩ་གསང་སྟོགས་བརྒྱར་སྟོགས།
 ས་སྤྱིའི་པུ་ཆེན་དགོན་མཚོག་རྩོད་རྩེའི་ཞབས།

ཞེས་པ་གྱུ་ལོ་༡༠༧༤ལོར་རྒྱ་བོ་པའི་ཉིན་ཞེས་པ་སློབ་སྟོན་པ་དུ་བའི་ཆོས་ས་སྤྱི་གཤི་
ལམ་ནས་ཀྱ་མེད་ཆོད་སྒྲིང་གི་ཆོད་དུ་སློབ་སྟོན་པ་འགྲུར་མེད་ཆོད་བར་ལ་བྱིས་པའོ།

སྤྱི་དགའི་ཚོས་རྒྱལ་ཀུན་གྱིས་མ་འགྲུབ་པའི།
 རྒྱལ་བའི་བཀའ་དང་རིན་ཆེན་གཏེར་མཛོད་ཟུང་།
 སྒར་གྱི་སྤྱི་མོ་ལྷན་ཅིག་བསྐྱུན་རྒྱས་པའི།
 མཛོད་སྤྱི་འདི་འདྲ་སྤྱི་དེ་ན་དཀོན་པ་ཡིན། །

ཚོས་རྒྱལ་བསྐྱུན་པ་སི་རུ་པའ་ཆེན་སོགས།
 ཆེ་རྒྱ་ཡོངས་ཀྱི་མཁས་དང་ལེགས་ཚོགས་ཀུན།
 གཅིག་རུ་སྤྱངས་འདྲའི་ཚོས་མཛོད་སྤྱི་ལས་པ།
 ཀུན་གྱིས་འགྲན་བྲལ་སའོ་གང་ཆང་བཀའི་ཞབས། །

ཉིན་བྱེད་དབང་པོ་རྩ་ལྟའི་ཕངས་པ་བྱ།
 དལ་གྱིས་བསྐྱེལ་བའི་རྒྱས་དང་ལྷན་ཅིག་རུ།
 དམ་པའི་མཛོད་བཟང་ཡིད་ལ་དྲན་པའི་མོད།
 བྱིན་རུའི་སྲོང་ནས་རྒྱལ་ཁམས་པ་དེས་སྤྱིངས། །

ཞེས་པ་སྤྱི་ལོ་༢༠༡༥ལོའི་ཟླ་བ་༩པའི་ཉིན་ཞིག་ལ་སློབ་གྲོགས་དྲ་བའི་ཚོམས་སུ་ཡི་གའི་
 ལམ་ནས་ཀུ་རེའི་ཚོད་སྤོང་གི་ཆེད་རུ་སློབ་གྲོགས་ཆངས་བཀའ་ལ་བྲིས་པའོ། །

འབྲུམ་རམས་པའ་ཆེན་ཉིད་ལཱི་བྱད་ཆོས་བརྗོད་པ།

སྐད་རིགས་སྤྲོ་ཆོགས་མགིན་པའི་རྒྱན་དུ་མངོས། །
 མཆོ་བྱང་ལྷ་མོ་སྤྱིང་གི་དབྱས་སུ་བཅངས། །
 བོད་ཀྱི་རྒྱལ་པོའི་བྱང་བྱངས་བོད་ནས་བཅལ། །
 ལྷང་རིགས་སྤྲོ་བའི་པའ་ཆེན་གཡང་མོ་མཆོ། །

སྐད་ཡིག་ལོ་རྒྱུས་ཉི་མའི་གངས་ལ་གཏུགས། །
 བར་སྤྱོད་རིག་གཞུང་མུ་མའི་ཞལ་རྒྱན་འཛིན། །
 སྐད་གདངས་སྤྲོ་ཆོགས་ཡུལ་གྱི་བྱད་ཆོས་རྟོགས། །
 རིག་པའི་དབང་ལྷག་ནམ་རྒྱལ་ཆེ་བརྟན་ཞབས། །

གངས་རིའི་མདངས་འཛིན་གེ་སར་བཞིན་རས་ལ། །
 ལོག་རྟོག་སྤྱིན་གྱིས་མོག་པོར་བྱེད་པའི་ཆོ། །
 ལེགས་བཤད་ཉི་མའི་ཟེར་བརྒྱ་སྤྱོད་མཁས་པ། །
 སང་ལྷམ་ནམ་འཕྲུལ་འཇམ་དབྱངས་ཆོས་སྤྱོད་ཞབས། །

རྒྱན་མའི་ལོ་རྒྱུས་བདེན་པའི་ཆབ་གྱིས་བཀྱས། །
 གསོ་རིག་བདེན་དོན་ཆོན་རིག་སྤྱོད་ནས་བཅལ། །
 བོད་ཀྱི་སྤྱོད་གཞུང་དང་རབས་གཞུང་ལྟར་འབྲེལ། །
 སྤྱོད་རྒྱལ་གཉིས་པ་བདུད་འདུལ་སྤྱོད་མའི་ཞབས། །

གནམ་སའི་གོ་ལའི་འགྲོས་གྱི་ཆོས་ཉིད་དང་། །

སྤྱོད་བཅུད་འབྱུང་བཞིའི་ཁམས་ཀྱི་ནམ་བཤད་སོགས། །
གཙུག་ལག་ཅིས་ཀྱི་རིག་པའི་ནམ་དཔྱོད་ལ། །
མཁྱིན་སྤྱན་ཡངས་པ་པའ་ཆེན་སྟོང་མོ་རྒྱལ། །

ལོ་རྒྱུས་འཕེལ་འགྲིབ་དུས་རབས་རྒྱུན་གྱིས་བསྐྱེད། །
སྒྲར་ཆང་ལོ་རྒྱུས་གདོད་མའི་མལ་དུ་གཟིམས། །
ཤོད་ཤོན་ཤུལ་ནས་བསྟན་པའི་མེ་རི་ཞིག །
སྒྲར་ཡང་གསལ་མཛད་པའ་ཆེན་བཀའ་འབུམ་རྒྱལ། །

གནའ་པོའི་ལོ་རྒྱུས་དང་རབས་རྒྱུས་གྱིས་བྱིས། །
ཞང་པོད་རིག་གནས་རྒྱལ་མོ་རྩོད་དུ་འབྱིལ། །
སྐད་གཉིས་སྟོང་ནས་རང་གི་མེས་པོ་བཅུལ། །
རྒྱལ་མོ་རྩོད་ན་པའ་ཆེན་ཆོས་ནོར་གྲགས། །

པོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་པར་འཛིན་དགའ་ཆལ་ལ། །
རང་སྤྱིའི་ལོ་རྒྱུས་ཟེལ་མངར་རྩོལ་མཁས་པ། །
སྒར་མེད་ལེགས་བཤད་སྒྲར་རའི་སྟོང་དཔོན་གྱི། །
མཛད་སྤྱན་སྤྱོད་པའི་པའ་ཆེན་བཀའ་ཁོ་མཆོག།

པོད་ཀྱི་ཡིག་ཆགས་རི་པོའི་གཏོས་དང་མཉམ། །
ཆོས་སྤྱོད་ལོ་རྒྱུས་རྒྱ་པོའི་རྒྱན་ལས་རིང་། །
སྟོང་པོའི་ལོ་རྒྱུས་གཅིག་དུ་འདྲིལ་མཁས་པ། །
བྲག་གཡལ་པའ་ཆེན་སྟོ་བཟང་བྱ་བྲིད་ཞལ། །

སྤྱོགས་ཆེན་སྟོང་ར་རྩ་རྒྱལ་འཕན་སྤྱག་སོགས། །

མདོ་ཁམས་སྤྱི་དུང་པའི་ཐོ་དོར་ཆེ་ནམས་དང་། །
བསྐྱལ་པ་ཆགས་པའི་དཔུ་ཆ་སྒྲིག་གི། །
ལོ་རྒྱུས་པ་ཆ་ཆེན་བསོད་ནམས་སྟོབས་རྒྱལ་ཞལ། །

བཅན་པོའི་གདུག་རྒྱུ་བ་འབངས་གྱིས་མ་བཟོད་པར། །
རྩེ་འབངས་འབྲུགས་པའི་ལོ་རྒྱུས་སྤྱི་བཞིའི་སྟོལ། །
བོད་འབངས་ཀྱི་ལོ་ག་དམིགས་སུ་དབྱུང་པ་ལ། །
གཙན་ཆའི་པ་ཆ་ཆེན་ལུན་ཚོགས་བཟང་གིས་བསྐྱེད། །

མངའ་ཐང་འཕེལ་འགྲིལ་བྱི་ཡི་རྒྱུན་ལ་རག། །
འོད་སྤྱང་གདུང་རྒྱུད་ནང་གི་འབྲུགས་པས་འཛོམ། །
མིའི་རིགས་རིག་པའི་དབྱུང་ཐབས་གསར་པ་ལ། །
མདོ་སྤང་པ་ཆ་ཆེན་བསོད་ནམས་དོན་འབྱུང་མཁས། །

བཅན་པོའི་མངའ་ཐང་བྱང་གི་སྟོགས་སུ་རྒྱས། །
མཛད་པའི་ཕྱིན་ལས་གཞན་སྡེ་དབང་ཏུ་བསྐྱེད། །
ཞིབ་པའི་ལོ་རྒྱུས་སྤྱི་ཡང་དབྱུང་མཁས་པ། །
བཟང་གིས་མཚན་ཅན་འབྲུམ་རམས་པ་ཆ་ཆེན་རྩེ། །

བདེན་པའི་ལོ་རྒྱུས་ཡིག་ཆ་སྟོང་ནས་བཅལ། །
མཁས་པ་སྡེ་འཁོར་དགོངས་དོན་ཞིབ་ཏུ་བཟང་། །
གདམས་ངག་སྟོབ་མའི་ཚོགས་ལ་སྟེལ་མཁས་པ། །
འབྲུམ་རམས་པ་ཆ་ཆེན་དོ་རྩེ་གཞན་ཅུའི་མགོན། །

མཁས་མཚོག་སྟོང་གི་དབྱུང་ཡུལ་མ་གྱུར་པའི། །

ཐོད་ཀྱི་ཡུལ་འདིར་ཕྱི་འབྲེལ་ཚོང་ལམ་ཞིག །
 རུས་ཀྱི་མཐའ་ཡང་དབྱུང་པའི་རིག་སྟོབས་ཅན། །
 འབའ་པ་པའ་ཆེན་སྟོལ་མ་ཆེ་རིང་ཞབས། །

མགིན་པའི་ངག་གིས་ཆ་འཕྲིན་སྤྱིང་བཞིན་སྐྱེལ། །
 སྐད་རིགས་རུ་མའི་ཤེས་བྱ་རང་སྐད་བསྐྱར། །
 བསྐྱགས་པ་སྤྱིང་གི་ལོ་རྒྱུས་བཞིན་རས་བཀྲུས། །
 རྩ་པ་པའ་ཆེན་འབྲུམ་རམས་བཀྲ་ཤིས་མཚོ། །

ཏྲེ་ཏྲེ་ཡུལ་རུ་ལང་ཚོའི་དཔལ་ཡོན་བཞད། །
 ཏྲེ་རབས་དབྱུང་པས་མེས་པོའི་ཤུལ་ལམ་མཐོང་། །
 ཏྲེ་རྒྱུད་མཐའ་མ་ཁང་སར་དཔོན་ཚོང་རྟེན། །
 ཏྲེ་ཤོད་པའ་ཆེན་འབྲུམ་རམས་མཁའ་འགྲོ་བེར། །

རིག་པའི་རང་རྩལ་འཕྲོག་པའི་སྡེ་རུ་རྒྱས། །
 དབྱུང་པའི་འཇུག་སྒོ་ཐོད་ཀྱི་ནམ་ཐར་རིགས། །
 འབྲུམ་རམས་དབྲུས་ན་སྟན་པའི་གྲགས་པ་ཅན། །
 མ་རྒྱུད་ཡུལ་ན་པའ་ཆེན་དཔལ་རྩལ་གྲགས། །

གངས་རིའི་སྒྲོངས་ན་མེས་པོའི་བཞིན་རས་མཛེས། །
 འབྲུས་མོ་སྒྲོངས་ན་གདུངས་རིགས་ཁོ་ལག་རྫོགས། །
 བརྒྱུད་པའི་ལོ་རྒྱུས་རིག་པས་དབྱུང་མཁས་པ། །
 རྩོ་སྤྱིས་པའ་ཆེན་འབྲུམ་རམས་སྐལ་བཟང་འབྲུམ། །

རིག་པའི་ནམ་དཔྱོད་མགར་ཐར་གྲོང་ནས་རྒྱས། །

འབྲུམ་རམས་ལམ་ཆེན་ལྟ་བུ་སྤྱི་དུ་བྱུགས། །
མཛད་པའི་སྤྱི་ལོ་ལས་ཨ་རིའི་ཡུལ་དུ་བྱུགས། །
མི་ཉག་པའ་ཆེན་ལྟ་བུ་ཆོགས་ལྟ་བུ་བྱུགས། །

མགིན་པའི་ངག་སྒྲིག་ལི་ལམ་ལྟར་ཡངས། །
སྤྱི་ལོ་ལྟ་བུ་འདྲ་བ་སྤྱི་གི་དཔལ་ལས་ལྟར། །
བྱུ་བོད་འཛོམ་པའི་རྒྱ་རྒྱུན་ཞིབ་དུ་མཛོང་། །
དཔལ་ཡུལ་པའ་ཆེན་ནང་རྒྱུད་སྤྱི་ལོ་ལྟ་བུ་ལས། །

ལོ་ན་གཞོན་ཡང་རིག་པའི་རང་སྤྱོད་སྤྱི་ལོ་ལྟར། །
ཆོས་པ་མིན་ཡང་ཆོས་ལྟ་བུ་ལོ་རྒྱུས་ལྟར། །
སྤྱོད་ཆེན་དབྱུགས་ན་ལས་པའི་བྱི་སྤྱོད་སྤྱི་ལོ་ལྟར། །
ཉག་རོང་པའ་ཆེན་འབྲུམ་རམས་སྤྱི་ལོ་ལྟར། །

ཚོམ་པའི་སྤྱི་ལོ་ལྟར་མཛོང་ལས་སྤྱོད་སྤྱི་ལོ་ལྟར། །
དབྱུགས་པའི་ལོ་རྒྱུས་བོད་ཀྱི་གསེར་དབྱུགས་རིགས། །
བྱུགས་སྤྱོད་ཡུལ་ན་སྤྱོད་སྤྱི་ལོ་ལྟར་རྒྱུད་ལྟར། །
ལས་པའི་སྤྱོད་ལས་འབྲུམ་རམས་སྤྱོད་ལྟར་ལྟར། །

བཅན་པའི་གདུང་རྒྱུད་ཚོང་ལོ་ལྟར་དུ་འཛོམ། །
དབྱུགས་པའི་སྤྱི་ལོ་ལྟར་པའི་སྤྱོད་ལས་ལྟར། །
དབྱུགས་པའི་འབྲུམ་སྤྱོད་ལྟར་སྤྱོད་ལྟར་སྤྱོད། །
འབྲུམ་རམས་པའ་ཆེན་ལྟ་བུ་སྤྱོད་ལྟར་ལྟར། །

བྱུ་བོད་བཅན་པའི་མངའ་མངའ་ཤར་དུ་བསྤྱོད། །

འ་ཞའི་ཡུལ་ནི་དབང་དུ་བསྐྱར་བའི་ཤུལ། །
ལོ་རྒྱུས་ཐོག་མར་དབྱད་པའི་འབྲམ་རམས་པ། །
དོ་སྤྱོད་ཡུལ་གྱི་པའ་ཆེན་བསོད་ནམས་རྒྱལ། །

ཞེས་པ་འབྲམ་རམས་པའ་ཆེན་ཉེར་ལཱའི་ནམ་བཤད་ཅེས་པའི་སྒྲན་ཚུལ་འདི་ནི་རང་གི་
མི་ཆོ་ཐོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་ཞིབ་འཇུག་ལ་སྒྲུལ་བའི་འབྲམ་བྱ། ཐོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་སྤྱོད་པའི་འབྲམ་
རམས་ཉེར་ལཱའི་ཞིབ་འཇུག་གི་དབྱད་འབྲམ་གཡུལ་དུ་ཟ་བའི་བྱད་ཆོས་དང་བཅས་པའི་
ནམ་བཤད་སྒྲན་རག་གི་ལམ་དུ་བཀོད་པ་འདི་ནི། ཐོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་སྤྱོད་པའི་རྒྱལ་ཁམས་པ་
ཐུབ་བསྐྱན་ཕུན་ཚོགས་དེས། རབ་བྱུང་བརྒྱ་བརྒྱུན་པའི་རྒྱ་ཡོས་ལོའི་རྒྱ་བ་དང་པོའི་ཆོས་
གཅིག་ཐོད་ཀྱི་ལོ་སར་ཉིན། སྤྱི་ལོ་༡༩༥༩ལོའི་རྒྱ་བ་གཉིས་པའི་ཆོས་ཉེར་གཅིག་ཉིན། རྒྱ་
ནག་ཁོན་དུའི་གྲོང་གི་ལོ་རྒྱུད་མི་རིགས་སྤོབ་སྤྱོད་ཆེན་མོའི་རང་ཤག་ནས་སྤྱོད་པ་སོ། །



ལས་བཞིའི་ཡིན་ལས་སྒྲུབ་པའི་སྒྲོབ་མ་རྣམས་ལ་བསྟོད་པ།

རིགས་གྱི་ལྷ་ལྷ་མདོ་ཁམས་སྤང་རུ་བཞད། །
 ཤེས་རབ་མེ་ཏོག་སྤྲིང་བཞིའི་ཚལ་ནས་བརྟུས། །
 སྒྲོབ་གསའི་ས་བོན་བོད་ཁམས་ཡོངས་ལ་བརྟུབ། །
 འཆོ་བའི་མཐའ་ཐུག་རྒྱལ་ཁམས་པ་ལ་སྟོད། །

མི་རིགས་སྤྱ་ཚོགས་རྒྱལ་ཁབ་བཅུ་ཕྱག་གི། །
 སྒྲོབ་མའི་ཚོགས་དང་འབྲེལ་བ་མཁའ་རྒྱའི་ལོ། །
 ལས་རིགས་མི་གཅིག་སྒྲོབ་མ་སྟོང་ཉེ་བའི། །
 བསྟོད་བསྤྲིང་བྱས་པ་ཁོ་བོའི་ལག་རྒྱུ་ཡིན། །

སྒྲོབ་ཆེན་སྒྲོབ་མ་རབ་འབྲུམས་འབྲུམ་རམས་པ། །
 ཆེད་སྒྲོབ་པ་དང་བྱབ་སྒྲོབ་ལ་སོགས་པའི། །
 རུས་ཡུན་མི་འདྲ་སྒྲོབ་མའི་ཚོགས་མཐའ་དག། །
 མདོ་རུ་བསྟུས་ན་ལས་བཞིའི་ཡིན་ལས་པ། །

[[ཞི་བའི་ལས།]]

བཞི་བརྒྱ་ཙུ་བཞིའི་ནད་གྱི་གཡུལ་ངོ་བསྒྲོག། །
 ལྷམ་བརྒྱ་རྒྱག་རྒྱའི་ཞག་གི་བདེ་ཐང་བསྟུངས། །
 ཆོ་འཇིན་སྟོག་སྒྲོབ་གོས་དཀར་པོ་ཉ་རྣམས། །
 ཟུག་རྒྱའི་རྒྱག་བསྟུལ་བཙོམ་པའི་ལྷ་དམག་ཡིན། །

ཆོངས་པའི་མི་ལ་ཤེས་རབ་མིག་སྒྱུན་ཞིང་། །
 ལྷན་པོའི་བོད་ལ་རིག་པའི་དཔལ་སྟེར་བའི། །

སྒྲོབ་གསོའི་ལས་ལ་བྲེལ་བའི་དགེ་ཆུན་རྣམས། །

ཞི་བའི་ཕྱིན་ལས་སྐྱབ་པའི་སྒོ་བ་ཚོགས་ཡིན།

【ཀུས་པའི་ལས།】

འཛམ་གླིང་ཤེས་བྱ་རང་གི་སྐད་ཀྱི་བསྟན་པ།

དཔལ་ཡོན་གཉིས་པོ་བོད་ཀྱི་གཡང་དུ་ལེན།

འཕུལ་གྱི་པར་ལས་རྫོང་འདིར་སྤེལ་བ་ནི།

བོད་ཀྱི་ཤེས་རིག་རྒྱུ་པའི་ལས་གཞི་ཡིན།

ཚོང་ལས་པ་དང་གསར་འགྱུར་མོལ་བྲིག་ཚོགས།

གནམ་རིག་སྐར་ཅིས་རོགས་སྤྱོར་ཆོགས་པ་བཅས།

ཚུགས་འཕེལ་རྒྱས་གཏོང་བའི་ལས་རིགས་པ།

མུས་པའི་ཁྱི་ལས་སྐྱབ་པའི་སྒྲོབ་ཚོགས་ཡིན།

【དབང་གི་ལས།】

ཀུལ་བྱིམས་གསེར་གྱི་གཏའ་ཤིང་མཁའ་ལ་འཕྱར། །

འབངས་ཁྱིམ་ཆངས་པའི་ཐིག་ཤིང་ཕྱག་ན་འཛིན།

དབང་ལྷན་ཐབས་ཀྱི་རིག་པས་རང་ལྡེ་བསྐྱེདས།

ཏང་སྲིད་དཔོན་རིགས་འདི་ཀྱང་བོད་ཀྱི་མགོན།

ཞིང་ཆེན་མན་དང་རྩོང་སྟོ་ཡན་ཆད་ཀྱི།

རིམ་པ་སོ་སོའི་དཔེ་རིགས་མི་འདྲ་ཆུང་མས།

དག་འདུལ་གཉིན་སྒྲོང་ལས་ལ་བྱད་མེད་པ།

དབང་གི་ཁྱིམ་ལས་ཐུབ་པའི་སྒོ་བ་མོ་གས་ཡིན།

【དག་པོའི་ལས།】

དཔལ་རྒྱལ་ཁག་གསུམ་ནང་གི་གཞི་བཤེད་བྱེད་དང་།

མི་བསྐྱེད་ཀྱི་ཚོགས་ནག་པོའི་དབྱར་ཕྱི་རྒྱལ་།

[illegible]

